

新しいこと
はじめましょ

中央公民館の市民講座 講座生募集

公民館講座は、日々の生活を豊かにする学習の機会を、受講料無料・教材費のみで提供する社会教育事業です。内容をよくお読みいただき、お申込みください。

申込締切 **4月21日(火)** 午後5時必着

シニア向けリズム体操

音楽に合わせて簡単なリズム体操を行って、体も心もリフレッシュしよう

日時と内容	第1回	26年5月20日(水)	音楽に合わせて、立って、または椅子に座ってうごきます。お家でもできる簡単なストレッチングや筋力アップもご紹介します。
	第2回	26年5月27日(水)	
	第3回	26年6月10日(水)	
	第4回	26年6月17日(水)	
時間	13時～14時		
対象・定員	市内在住または在勤の一般 30名	教材費	無料
持参品	運動しやすい服と靴、飲み物		
講師	濱田百合子		

【申込方法】

受講を希望されるかたは、公民館窓口で直接申し込み、または、**講座名・名前とふりがな・年齢・住所・郵便番号・電話番号**を明記して、お申込みフォーム・ハガキX・メールにて下記の宛先まで申し込みください。電話での申し込みはできません。申込多数の場合は抽選となり、当選された方へのみ案内を郵送します。受講案内ハガキが届かなかった方は残念ながら落選です。※日時が重複しない講座であれば複数の申込も可能です。

【ご注意とお願い】

・講座内容や開講日等、変更になる場合があります。・お申込が少なかった講座は開講できない場合があります。・教材費等は原則初回に一括で頂戴いたします。途中欠席されましても返金いたしません。ご了承ください。・講座開講時間より3時間前の時点で香芝市に警報が発令されている場合、中止となります。日を改めて開講する場合は後日ご連絡いたします。判断がつかないときは開講時間迄1時間半を過ぎてからお電話にて公民館までお尋ねください。

香芝市中央公民館 〒639-0231 香芝市下田西3-7-5 TEL:0745-77-4981 FAX:0745-78-4981

講座申込専用メールアドレス: kck.kouza@kashiba-mirai.com

休館日: 毎月第1木曜日・年末年始 利用時間: 朝9時～夜9時(窓口受付は夜8時迄)