**待ちに待った**

地**域**で活かす

みんなの元気づくり講習会

**すぐに**



**☆「健康寿命」についての話**

**☆　健康体操**

**☆　体を軽く動かして、元気になろう！**

**☆　作って遊べるクラフト**

**☆　折り紙で作品づくり**

**※　新型コロナウイルの感染状況により、消毒等のご協力をお願いします。**

宮崎市レクリエーション協会　会長　湯淺　健次

お申し込み、お問い合わせは、事務局までFAXまたは、お電話でお願いいたします。

**申込締切　１１月１７日(金)**

FAX0985-65-2104　☎090-5745-9494

＊保険加入のため、**氏名、年齢**、**住所**をお願いいたします。

日　時　　令和５年　１１月２６日(日)　１３：００（受付１２：３０）～１６：００

会　場　　　宮崎地区交流センター　（宮崎市吉村町2386-139）

主　催　　宮崎市レクリエーション協会

参加費　　1,000円（保険代・資料代含）

内 容

準備する物　**動きやすい服装、飲料水　のり　はさみ**

地域活動で役立つレクリエーションのアイディアがいっぱい！

子ども、高齢者、福祉施設関係など

～人の心を元気にしよう～

第9回‼

**使える！**

**興味のある方はどなたでも参加できます。**