

令和5年度  
脳トレ健康体操教室  
受講生募集！

椅子に座っての体操や脳のトレーニング等を楽しく行ないます。  
運動が苦手な方でも簡単に出来ます。

--- 応募方法 ---

脳トレ健康体操教室申込書に必要事項を記入し、老人福祉センター、かがやき長寿ひろば入谷、各老人福祉館へ提出してください。老人福祉センターへ郵送も可能です。

★郵送の場合

①脳トレ健康体操教室申込書

※受講決定後、本人確認させていただくことがあります。

★直接提出の場合

①脳トレ健康体操教室申込書

②氏名・住所・生年月日を確認できるもの。

(老人福祉施設使用登録証、国民健康保険証、運転免許証、マイナンバーカードなど)

★ 開催時間 午後1：30～2：30

★ 実施日 令和6年1月11日(木)～令和6年3月21日(木)全10回  
(令和6年2月22日(木)を除く)

★ 開講場所 かがやき長寿ひろば入谷 (入谷区民館内)  
台東区入谷1-15-6 (3834) 6370

★ 対象者 台東区内に住所を有する(住民登録済)65歳以上の方  
(令和5年12月31日現在)

★ 定員 15名(定員を超えた場合は抽選となります)

◆締め切り 12月5日(火)

● お問い合わせ 台東区立老人福祉センター

住所 台東区東上野2-25-14

電話 (3833)6541