

中原老人福祉センター 施設見学・体験会

日時

9月12日 土 9:00~16:00

市内在住 **50** 歳以上の方対象



入場・体験
無料

講座・クラブ体験会 参加者募集!

体験①

「気功で毎日元気」

10:15~11:15 定員20人

講師：竹花 智子 先生
日本健身気功普及協会 会長

毎日できる簡単な気功法を
学びましょう!

体験②

「美と健康のための
やさしいバレエ」

13:30~14:30 定員16人

講師：前田 純奈 先生
アトリエ・ドゥ・バレエ Ange主宰
元新国立劇場バレエ団ダンサー
元モスクワシティバレエ団ダンサー

ストレッチや簡単なバレエの
動きを中心に、姿勢改善・健
康づくりを目指します。

体験③

「楽しい絵手紙」

10:00~11:30 定員10人

講師：長谷川 きぬ恵 先生
当センター絵手紙クラブ講師

うちわに描いた作品を持ち
帰れます。落款も作ります♪

よって! カフェ

11:30~14:50
コーヒー 100円
(お茶菓子付)

販売

お菓子工房 しいの実

11:00~14:50

シフォンケーキ
パウンドケーキ (150円~250円)
クッキー等



ホームページ



主催：川崎市中原老人福祉センター

申込方法は裏面へ