

長田公民館講座

お手玉脳トレ講座

お手玉を使って脳を活性化！

「リハビリ改善」「ストレス解消」の効果がある
お手玉トレーニングを楽しみましょう！



場	所	長田みのり会館
講	師	中島 るり子さん（日本のお手玉の会アドバイザー）
対	象	成人
定	員	15人
受	講	料 無料
申	込	締切 10月20日（火）（申し込み多数の場合は抽選）

申込み・問合せ先

長田公民館（長田出張所）

電話 23-9024（平日8時30分～17時）