

体を動かそう！

知的障がい者のための

参加無料

リズム運動

12/14(土) 10:00~11:00

音楽に合わせて思いっきり体を動かしましょう！
優しい指導で、安心して楽しめる健康講座です。
付き添いの方も一緒にリフレッシュできますよ！



対象

18歳以上の知的障がいのある方と付き添いの方 15組 30人

会場

東部生涯学習センター 3階ホール

持ち物

運動できる服装、飲み物、汗拭き用タオル

講師

植松 左栄子(公益財団法人静岡市スポーツ協会インストラクター)
千葉 可奈子(公益財団法人静岡市スポーツ協会インストラクター)

申込

お電話で東部生涯学習センター(054-263-0338)
までお申し込みください。
11/26(火)10:00~・申込順

会場

静岡市東部生涯学習センター

指定管理者：公益財団法人静岡市文化振興財団

〒420-0803 静岡市葵区千代田七丁目 8-15

TEL:054-263-0338

〈バス案内〉

JR 静岡駅北口 6 番のりば
新静岡駅 4 番のりば
北街道線、水梨東高線、
竜爪山線、東部団地線
瀬名方面行「沓谷五丁目」下車
徒歩 10 分

