

楽しく鍛える

脳トレ講座

1回のみ
参加も大歓迎!



最初はできなくて当たり前!
まずははじめてみましょう!



脳を活性化させるための簡単なゲーム、体操、クイズなど、どれも簡単そうにみえるけど、いざやってみると…? 普段使わない脳を楽しく揉みほぐし、リフレッシュ!!

● 日時 : 各回 9時30分~11時30分 全て金曜日

2025年度 年間予定表	2025年4月11日	2025年5月9日	2025年6月13日
	2025年7月11日	2025年8月8日	2025年9月12日
	2025年10月10日	2025年11月14日	2025年12月12日
	2026年1月9日	2026年2月13日	2026年3月13日

- 定員 : 30名(先着順) ※12月はクリスマス会を予定しています
- 対象 : 一般(18歳以上) 600円(税別)以上でプレゼントをご用意をお願いします
- 受講料: 600円/1回
- 持ち物: 筆記用具、飲み物(水分補給の時間があります)、動きやすい服装(ズボン)
輪投げの輪を作るための新聞紙(見開き3枚)・セロハンテープをお持ちください

***** 申込方法 *****

みをつくし文化センター窓口、電話、FAX、メールにて下記の必要事項をお知らせください。
※持病がある方は、お申込みの際にご相談ください。

みをつくし文化センター 浜松市浜名区細江町気賀369

☎053-523-3116 FAX:053-523-3126 メール:miwotsukushi@birukan.com

主催:浜松市みをつくし文化センター(指定管理者 東海ビル管理株式会社)

キトリ

『楽しく鍛える脳トレ講座』受講申込書 年 月 日

申込みコース(☑を入れる) 12回全部参加 4/11(金) 5/9(金)

6/13(金) 7/11(金) 8/8(金) 9/12(金) 10/10(金)

11/14(金) 12/12(金) 1/9(金) 2/13(金) 3/13(金)

ふりがな

受講者氏名: _____ 男・女

年齢: _____ 歳

電話: _____

住所: _____

緊急連絡先(受講者以外)

(できれば携帯をご記入ください)

氏名: _____ / 続柄

電話番号: _____