

しゃんしゃん 体操

指導 【西垣三千子さん】

貝から節 & 踊り

指導 【岡村美由紀さん】

日時 7月15日(水)
午後7時00分から8時00分頃
場所 瑞穂地区公民館 2階会議室
対象 瑞穂地区住民
持ち物 補水用飲料
参加費 無料



動きやすい服装で
お越してください。

裏面も
ご覧ください

飲まない、吸わない、賭けない

健康マーじゃん

日時 7月28日(火)
午前9時30分から11時30分頃
場所 瑞穂地区公民館 1階会議室
対象 瑞穂地区住民(定員10名)
持ち物 補水用飲料
参加費 無料



※男女、年齢問わず、みんなで一緒に脳のトレーニング
をしましょう。楽しい仲間づくりにもなります。

【問合せ】
瑞穂地区まちづくり協議会 事務局
(瑞穂地区公民館) 山尾
TEL82-2206 fax82-2262
E-mail cc-mizuho@it.city.tottori.tottori.jp
電話、fax、メールでも受け付けます。

瑞穂地区まちづくり協議会・瑞穂地区公民館 共催

※ きりとり線 ※

令和8年度 瑞穂地区まちづくり協議会・公民館事業 参加申込書

氏名	集落名	電話番号	参加される事業に○をつけてください。	
			しゃんしゃん体操	健康マーじゃん

※本事業の目的以外には使用しません。