

ぐるぐる

資生堂 連携教室

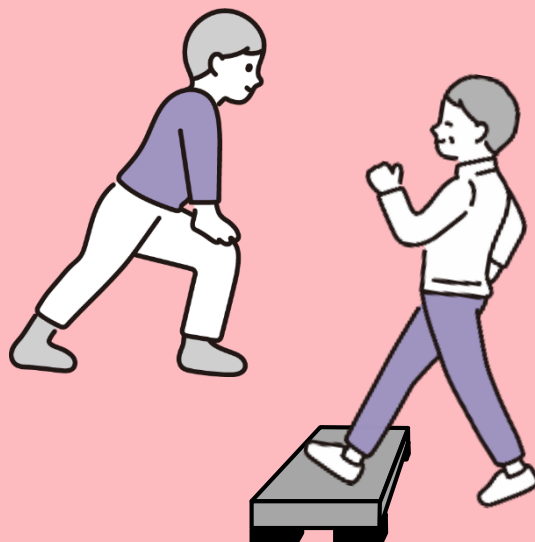
サーキットトレーニング教室

資生堂 福岡久留米工場 会場

久留米市では、心・身体・口腔の機能向上につながる介護予防教室を開催します。
この教室は【サーキットトレーニング × 触覚・視覚・嗅覚検査】または、
【サーキットトレーニング × 笑顔推進セミナー】が選べます。ぜひご参加ください♪

サーキットトレーニング🔥🔥

筋肉トレーニングと有酸素運動など、
複数の運動を短い時間で連続して行う運動で、
筋力や心肺機能の維持向上や
バランス能力向上等につながります！



脳の活性化につながる

視覚・嗅覚・触覚テスト👁️👃👆

資生堂工場をめぐりながら
化粧品を通して視覚・触覚・嗅覚のテスト体験し、
脳の活性化につなげます！

笑顔推進セミナー🌟

スキンケアや唾液腺マッサージなど、
身だしなみを整え、表情を豊かにするセミナーです。



【対 象】 概ね65歳以上の久留米市民

【費 用】 無料

【定 員】 20名(抽選) ※いずれか1日のみ

【場 所】 (株)資生堂 福岡久留米工場(田主丸町鷹取808)

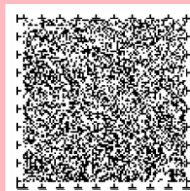
【申 込】 令和7年10月14日(火)まで

裏面の参加申込み書に必要事項を記入のうえ、下記の申込先に郵送またはFAXか電話にてお申込みください。

【問い合わせ・お申込先】 久留米市 健康福祉部 長寿支援課

〒830-8520 久留米市城南町15番地3

電話：0942-30-9207 FAX：0942-36-6845



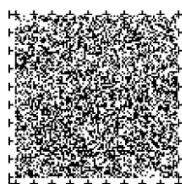
**ぐるぐるサーキットトレーニング教室（資生堂 福岡久留米工場会場）
参加申込書**

えらぶ	実 施 日	内 容	時 間	定 員
	2025年 10月23日(木)	ぐるぐるサーキットトレーニング × 笑顔推進セミナー 「口腔ケアコース」	13:30-15:30	20名
	2025年 11月27日(木)	ぐるぐるサーキットトレーニング × 触覚・視覚・嗅覚検査	13:30-15:30	20名
	2025年 12月4日(木)	ぐるぐるサーキットトレーニング × 笑顔推進セミナー 「大人のビューティアップコース」	13:30-15:30	20名
	2026年 1月22日(木)	ぐるぐるサーキットトレーニング × 触覚・視覚・嗅覚検査	13:30-15:30	20名
	2026年 2月26日(木)	ぐるぐるサーキットトレーニング × 笑顔推進セミナー 「いきいき美容コース」	13:30-15:30	20名

●太枠内を記入してください。

申込日 令和7年 月 日

ふりがな		生年月日	大正・昭和 年 月 日（ 歳）
お名前			
住 所	（〒 - ） 久留米市		
電話番号	【自宅】		
	【携帯】		
希望回	上記の日程から、いずれか1日のみ選んで、○をつけてください。		



<備考>

- ・応募多数の場合は、抽選を行います。抽選結果につきましては、後日文書を送付いたします。
- ・抽選申込締切日以降の申込みの場合、定員の空き状況により案内させていただきます。
- ・天候等のため、中止または延期する場合がありますのでご了承ください。