

令和8年度 北野生涯学習センター主催講座

健康寿命を延ばそう! シニアのための

# 健康体操

受講料  
無料

いつまでも若く元気な身体であることを目指して、一緒に身体を動かしましょう。

無理なくゆっくりと!  
楽しく身体を動かしましょう!

開催日時 **6月12日(金)**  
午前の部 **10:00~11:30**  
午後の部 **13:00~14:30**

- 場 所 : 北野生涯学習センター本館1階 大ホール
- 講 師 : 正木愛奈花氏 (健康運動指導士)
- 定 員 : 各15人 (先着順)
- 対 象 : 60歳以上の方
- 準備物 : 動きやすい服装、飲み物、タオル
- 申込開始 : 5月12日 (火) 9時
- 一時保育 : 無料 要事前申込 定員5人 (未就学児のみ)
- 申込方法 : 窓口、電話、ファックス、電子申請



問合せ先 : 久留米市北野生涯学習センター (久留米市北野総合支所文化スポーツ課)  
久留米市北野町中273-1  
電話 (0942) 78-2308  
FAX (0942) 78-7283

電子申請 →  
24時間受付中→

