

腸から美しく

令和7年度 山形市働く女性の家事業

若返り体操講座

腸内環境を整えて健康に!

座学+体操で
理解を深めよう

講師

伊藤 由美氏

日時

1月24日(土)

午前10時~正午

・対象者 山形市に在住、又は市内勤務の女性 20名
(応募多数の場合は抽選)

・費用 無料 ・持ち物 筆記用具

・締切日 1月9日(金)

・**無料託児**あり(1歳以上の未就学児)1月9日(金)までお申込みください。

【申込み方法】「講座名・郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号・託児の有無」を市ホームページ・窓口・電話のいずれかでお申込みください。

【申込み・お問い合わせ先】山形市福祉文化センター(東部公民館)

山形市小白川町二丁目3-47 TEL642-5181

「腸活体操講座」申込書

住所 〒990-

山形市

氏名

年齢

歳

電話番号

託児: 名前

歳

ヶ月

男・女