

## 生涯現役講座

# はつらつ久里浜

65歳から始めるワクワクの学び時間！  
はつらつ学級で楽しく仲間作りをしませんか？

9月5日（金）

お腹元気！  
「健康教室」

10時00分～11時30分

神奈川中央ヤクルト販売  
横須賀事業部

9月12日（金）

毎日が楽しくなる  
元気体作り講座

10時00分～11時30分

横須賀市  
健康増進課職員

9月19日（金）

みんなで歌おう！  
（ミニコンサート付き）

10時00分～12時30分

福田るり子さん（ピアニスト）  
中山美希さん（ソプラノ歌手）

9月26日（金）

元Jリーガー直伝！  
体幹アップ体操①

10時00分～11時30分

JFA公認 A級コーチ  
大久保哲哉 選手

10月3日（金）

ヴェルニー公園  
サテライトガイドツアー

10時00分～11時30分

ティボディエ邸  
スタッフ

10月10日（金）

元Jリーガー直伝！  
体幹アップ体操②

10時00分～11時30分

JFA公認 A級コーチ  
大久保哲哉 選手

※19日のミニコンサートは公開講座となります。（一般30名募集）

- 【対象】 65歳以上  
【定員】 20名（全6回全て参加出来る方）  
【会場】 久里浜コミュニティセンター  
【参加費】 1150円（ツアー代・傷害保険料込）

【締切】

8月18日（月）  
必着

### 《 応募方法 》

往復ハガキ・久里浜コミセン窓口（返信用郵便はがき持参）・電子申請利用のいずれかでご応募ください。

必要事項：①講座名「はつらつ久里浜」②氏名（フリガナ）③年齢④住所⑤電話番号

電子申請



★検索エンジンで「横須賀市ホームページ」

→右上の虫メガネマークをクリック

→ページID検索にチェック→ 111216 を入力して検索して下さい



【久里浜コミュニティセンター】 〒239-0831 横須賀市久里浜6-14-2 電話 046-834-1471