



自主サークル自慢大会

～いつまでも★いきいきエイジング～

日時：平成**30**年**12**月**7**日(金)

13時**00**分～**15**時**45**分

(開場**12**時**30**分)

場所

川越西文化会館

(メルト)

第1部 講演

つづけよう 自分で作る 10年後の身体

講師：**新井 智之氏** 埼玉医科大学保健医療学部
理学療法学科 講師

第2部 発表会

地域の自主サークル実践披露

歌や体操・踊り等普段の活動を舞台上で披露

参加費：**無料** 先着300名(申し込み不要)

皆と一緒に体を
動かしましょう!!



※簡単な運動講座があります。動きやすい服装でご来場ください。

お問い合わせ先

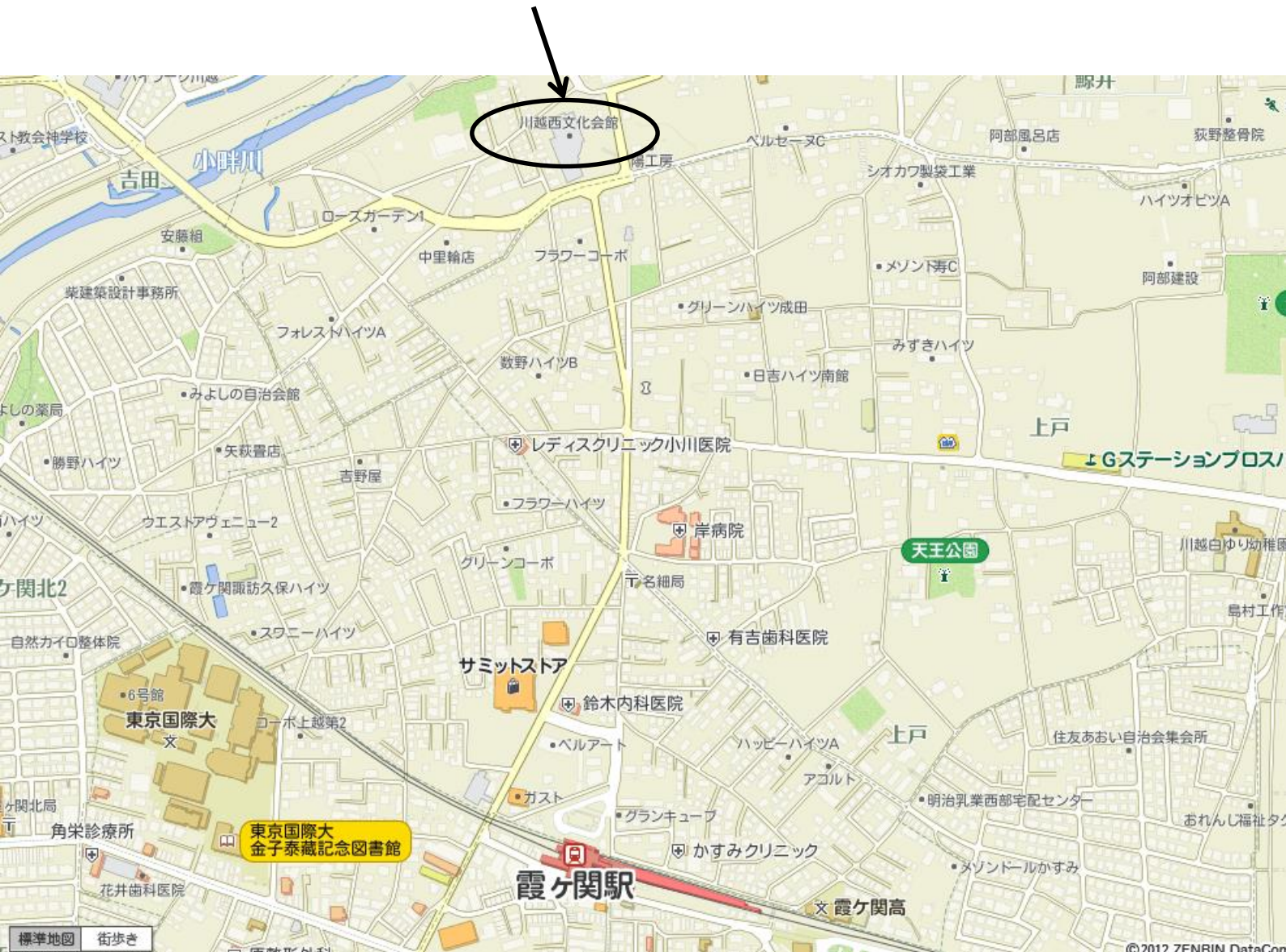
川越市地域包括支援センターかすみ

電話：049-234-8181 FAX：049-234-8182

*地域包括支援センターは、川越市から委託を受けた高齢者のための総合相談機関です。

川越西文化会館（メルト）

所在地：川越市鯨井1556番地1



交通アクセス

シャトルバス：10系統「西文化会館」降車すぐ

東武東上線：霞ヶ関駅北口降車 徒歩12分

駐車場：一般 150台 車いす用 2台