

第4回ひろレクデー

12月4日(日)
弘前文化センター2階

認知症予防の秘策あり!?

津軽のレジェンド3人衆

笑顔と笑い声

楽しさのオンパレード!

第1会議室 13:00~15:00

どなたでも●参加可 25人定員

福祉関係者必見!



お天気実験教室

雪の結晶を作ろう!!

第1会議室 10:00~11:30

対象：小学校低学年 親子25組

申し込み必要

冬のおはなし会

季節のお話を楽しみましょう

第2会議室 11:00~11:40

お子様大歓迎!

どなたでも●参加可

**レク式体力測定と
レクサイズ体験会**

85歳まで測定できます

第3会議室 10:00~11:30

随時受付 どなたでも●参加可

いろいろ

お楽しみクラフト

第2会議室 10:00~15:00

どなたでも●参加可

**狭くても体力・
仲間力をUP!**

第2会議室 13:00~15:00

どなたでも●参加可 25人定員

学童・仲良し会

子ども会関係者大歓迎!



**レクリエーション
ダンスの集い**

みんなで楽しく踊りましょう

第3会議室 13:00~15:00

どなたでも●参加可 40人定員



●参加費 どれにいくつ●参加しても 大人1人 500円 / 子ども 300円

＜申し込み・お問合せ＞NPO法人ひろさきレクリエーション協会 (葉山山税理士事務所)

電話：070-3996-3873 FAX：0172-55-8723 e-mail:npo.hirorec@gmail.com

定員のあるものは、ご予約者様を優先させていただきます(申し込み・FAXにお使ください)

お名前	年齢	連絡先	ご希望講座名 ○で囲んでください	
			認知症予防・レクダンス・体力仲間力UP	
			認知症予防・レクダンス・体力仲間力UP	
お天気実験教室(申し込み必要)				
お名前	学年	連絡先	保護者名	学校名