

スクエアステップ体験教室参加者募集

スクエアステップは、「幅1m、長さ2.5mのマットに描かれた40個のマスを縦・横・斜めに移動する運動です。自分でやっても他者がやるのを見ても、笑いがこみ上げてくる不思議な楽しさがあります。

また、この運動をすることで、転倒予防や認知症予防の効果があることが科学的に証明されています。ゆっくりでも歩くことができる方ならばどなたでも参加できますので、皆さんの参加をお待ちしています。



○日 時 【全6回・金曜日】2月15日・22日、
3月1日・8日・15日・22日
13:30～15:30

○場 所 総合保健福祉センター(かがやき)

○対 象 者 どなたでも

○募集人数 30名程度

○参 加 費 1,000円

(初回参加時に徴収。保険料含む)

○持参するもの 体育館シューズ、汗拭きタオル、飲み物

○申込方法 FAXでお申し込みください。

○申込期間 1月10日(木)～定員に達するまで

申込・問 教委 文化スポーツ課文化スポーツG
☎52-1111 内線342 FAX 53-6502

………… き り と り (FAXの際はきりとり不要) ……………

スクエアステップ体験教室参加申込書

氏名(ふりがな)	住 所	電話番号
	〒	☎
	〒	☎

※本申込書の個人情報については、目的以外には一切使用しません。

ロゼホール移動公演「松竹大歌舞伎」鑑賞バスツアー参加者募集

市文化センターの移動公演として、茨城県立県民文化センターで行われる「松竹大歌舞伎」の鑑賞バスツアーを開催します。鑑賞前に行われる「歌舞伎をより楽しむ会」にも参加し、歌舞伎についての理解を深めましょう。ふるってご応募ください。

○日 時

平成31年4月7日(日)

歌舞伎をより楽しむ会

開演/11:00 終演/正午

松竹大歌舞伎公演

開演/13:00(開場12:30)

○場 所 県民文化センター 大ホール

○乗車場所

(出発時間)市文化センター駐車場(9:45)

○演 目 (一)菅原伝授手習鑑 加茂堤 車引

(二)襲名披露 口上

(三)奴道成寺

○出 演 者

松本白鸚、松本幸四郎、中村梅玉、市川高麗蔵 他

○参 加 費

8,000円(公演チケットS席7,000円、昼食、
飲物代含む)

○募集人数

58名(先着順)

※定員になり次第締め切らせていただきます。

○申込方法

申込書に必要事項を記入のうえ、直接または
FAXでお申し込みください。

○申込期間

平成31年1月12日(土)～1月31日(木)

申込・問 常陸大宮市文化センター

☎53-7200 FAX 53-7201

[HP] <http://www.rose-hall.net/>

………… き り と り (FAXの際はきりとり不要) ……………

松竹大歌舞伎鑑賞バスツアー参加申込書

ふりがな	年齢	住 所
氏 名	性別	電話番号
	歳	〒
		☎
	歳	〒
		☎

※本申込書の個人情報については、目的以外には一切使用しません。