

参加募集

健康教室

～食と運動で心も身体も健康に～

ニチレクボールと

うどん打ち

を体験しよう



子どもから大人までどなたでも参加できます

12/18(日)

9:00～11:30(受付8:45) 高浜コミュニティセンター



★ニチレクボール★

子どもから高齢者まで誰でも気軽に参加できる軽スポーツです。ボールを標的に向かって投げ合い得点を競うゲームです。

★うどん打ち★

一人が2人前作り、お持ち帰りします。(会食はありません。) 作り方は簡単!覚えてお家でも作ってみませんか?



【定員】 20名 (小学生3年生以下は保護者同伴)

【参加費】 ひとり200円 ※当日集金します

【持ち物・服装】

エプロン、三角巾、飲み物(水分補給用)、ソックス、マスク着用、動きやすい服装 (うどん踏みをする時に使用します。)



【申込み・問合せ】

12月9日(金)までに高浜コミュニティセンター(担当:高橋)へ申込みをお願いします。 電話:0853-21-0948 FAX:0853-21-0949

12/18 健康教室(ニチレクボールとうどん打ち)参加申込み

Table with 2 columns: 参加者氏名 (小学生の場合学年) and 保護者氏名(子どものみ参加の場合). Rows include fields for age/status, address, and phone number.