

## 和太鼓

はじめてみませんか？

- 肩こり解消
- 脳の活性化
- 体幹を鍛えて健康に
- ストレス発散
- 心肺機能を強化

初めての方も安心！  
初心者コースを設定!!

# 和太鼓教室

令和5年度第4クール募集



隔週水曜日！  
たっぷり1時間30分!!



会場

文京福祉センター江戸川橋  
視聴覚室

対象

60歳以上の区民の方

費用

1,500円/1回

定員

各20名(抽選)

講師

和太鼓 破魔  
長谷川多恵子氏

日程

経験者 9:30~11:00

初心者 11:15~12:45

1月

2月

3月

10日

7日

6日

24日

21日

27日

持ち物

水分補給の飲み物・タオル等  
～お問合せ～

文京福祉センター江戸川橋  
03-5940-2901



◆お申込みは窓口かお電話で  
受け付けております。  
お気軽にお問合せください。

12/19(火) 〆 切