



参加無料
要申込

宇部市シルバー人材センター

おしごと説明会 と 簡単ホームストレッチ

日時: **6月28日(水) 13:30 ~ 15:30**

会場: **宇部市文化会館 第3展示室(宇部市朝日町8-1)**

対象: **シルバー人材センターに興味がある
宇部市在住の60歳以上の女性**

第1部

～ 宇部市シルバー人材センターおしごと説明会 ～

シルバーってどんなところ?どんな仕事があるの?どれくらい働ける?等から、普段聞けない事もお話しします!実際に活躍中の女性会員さんからの体験談も聞くことができる貴重な時間です。

質疑応答の時間もあります。ぜひご参加ください。

第2部

～ 簡単ホームストレッチ ～ 講師: **馬田義子氏**

ウォーキングインストラクター・スポーツシューズフィッター・メディカルヨガトレーナーで大活躍中の馬田義子氏を講師に、簡単ホームストレッチを行います。

運動ができる服装で、汗拭きタオル、水分補給のお飲み物をご用意ください。

申込方法: **下記に連絡またはホームページより申込みください。**

※第一部のみ、第二部をみの参加は出来ません。参加はマスクの着用をお願いします※

※諸般の事情により、延期または中止の場合があります※

(公社)山口県シルバー人材センター連合会

〒753-0079 山口市糸米2-13-35 ※土日祝除く8:30~17:15※

TEL 083-921-6070 Fax 083-921-6077

申込み
問合せ



https://webc.sjc.ne.jp/yamaguchikenren/