



# こやのエンジョイくらぶニュース 平成31年2月号

(ホームページアドレス) <http://koyano-ec.jimusho.jp>

TEL: (6662) 9500 FAX (6662) 9501

クラブハウス開設日 月～金曜日 12:00～16:00 土曜日 10:00～16:00 (日曜・祝日休み)

発行元:こやのエンジョイくらぶ広報部

## オリジナルプログラム会費等改定について

さる1月25日(金)に臨時総会を開催し、31年度からのオリジナルプログラムの年度登録料、月会費を改定することとなりました。

消費税増税をはじめ、諸々の価格(設備、備品、機材、会費引落とし等の手数料)の上昇等、時代とともに避けては通れない状況もあり、今回の改定となりました。

会員のみなさまには別途、詳細についてご案内を発送させていただきます。今後も変わらぬご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

## 健康長寿をめざす講座 人生100歳時代

# 生活リズムとスポーツ力

- 日 時 : 2月23日(土) 13:00～14:45  
会 場 : 堀切地区センターホール【3階】(堀切3-8-5)  
講 師 : ○講演:「食事と運動」  
森川昌子氏(葛飾区医師会 管理栄養士)  
○実技:「心掛けたいストレッチ体操」  
平圭子氏(葛飾区高齢者はつらつ健康体操指導員、クラブ イス体操指導者)
- 参加対象 : シニア(概ね65歳以上)  
定 員 : 50名 ※申し込み多数の場合抽選になります。  
参加費 : 無料  
申込方法 : 裏面申込書にご記入の上、ファックスまたは事務局に持参でお願いします。  
持ち物 : 水分補給用飲料、タオルを持参してください。  
申込締切 : 2月20日(水)