

スクエアダンス体験会



▶スクエアダンスとは？

アメリカ発祥のゲーム感覚の**歩くダンス**、フォークダンスの一種です。知らないうちに歩数が増えて健康増進にも、簡単な指示を聞いて動くので認知症予防にも役立ちます。あなたの生涯を楽しくしてくれるスポーツです＼(^o^)／



※神戸パールズのみなさんが指導して下さいます

2024年 11月1日(金) 13:30~15:30

会場 灘区文化センター 5階 大会議室

参加費 550 円

**申込み
お問い合わせ** 生きがい活動ステーション
神戸市灘区深田町4-1-39 メイン六甲4階
(神戸市立灘区文化センター内)

TEL 078-857-3022 **FAX** 078-857-3023

E-mail ikigai@cskobe.com

その他 動きやすい服装と靴でお越しください



大阪万博2025
共創チャレンジ



生きがい活動ステーションは、神戸市立灘区文化センター内に開設され、公益財団法人神戸市民文化振興財団と認定NPO法人コミュニティ・サポートセンター神戸（CS神戸）が協働で運営しています。

お申込



氏名	(歳代)	
住所	〒	
電話/FAX		
E-mail		