9月号 大綱中コミハだより

一般財団法人こうほく区民施設協会　大綱中学校コミュニティハウス
〒222-0037 横浜市港北区大倉山 3-40-2　電話/FAX:045-547-2761
開館時間:9 時～21 時　日曜日:9 時～17 時　休館日:毎週火・金　年末年始(12/29～1/3)

こころもからだも

リフレッシュ!!

初めての方にも安心

ほぐして楽ちんエクササイズ

9月25日・10月9日・23日・11月13日(木)
10:00 ～11:30
対　象:　50歳以上　先着10人
参加費:　2,000 円(全4回)　初回徴収
申込み:　電話(9月11日 10 時～)
持ち物:　上履き、動きやすい服装、タオル、飲料水

紳士のフラダンス

9月27日・10月4日・11日・18日(土)
9:50 ～10:50
対　象:　15歳～70歳代 男性 先着10人
参加費:　2,000 円(全4回)　初回徴収
申込み:　電話(9月14日 10 時～)
持ち物:　Tシャツ、タオル、飲料水

あなたの図書室ここにあります!!
貸出:毎週土・日　13 時～15 時

2025 年本屋大賞
トップテン作品あります