



## 映画観賞会

観覧無料

平成30年2月23日(金) 13:30～15:30 開催予定

### 池波正太郎時代劇スペシャル 「顔」

池波正太郎の名作短篇を、松平健主演で初映像化。池波正太郎が好んで描いた江戸の闇社会に生きる男たちの運命を最高のキャスト、スタッフの手によって描き出す、大人の為の珠玉の本格時代劇です。  
【出演】松平健・石黒賢・小野塚勇人・火野正平・中村嘉律雄 ほか

定員：最大150名 料金：無料

お申込み：事前予約制 平成30年1月28日10時より先着順（お電話またはご来館にて）

申込み締切：定員に達し次第終了

協力：株式会社ジュピターテレコム（J:COM）

## ストレッチとやさしいエアロ教室



平成30年3月 毎週金曜日 10:00～11:30

3/2・3/9・3/16・3/23 全4回



じっくりストレッチとエアロビクスの要素を含みながらも簡単に始められる運動教室を開催。日頃「運動量が少ないかなあ？」という方に最適！自分の身体の使っていない部分がわかります。そこを動かし、可動域を広げることで、身体の痛み緩和や姿勢を整えます。筋肉の衰え防止や若々しく見える姿勢を手に入れ、健康な日々を継続させましょう。

定員：40名 ※参加者が2月25日時点で30名に達していない場合は、都合により開催中止とさせていただきます

お申込み：事前予約制 平成30年1月28日10時より先着順（お電話またはご来館にて）

申込み締切：定員に達し次第終了

料金：1,700円（税込）4回分

お支払い：2月26日～3月2日10時まで

講師：田代 規子 先生 ※山田ふれあい文化センターで長年ソフトエアロの講師をされている人気の先生です

持ち物（服装）：ヨガマットまたはバスタオル・動きやすい服装・運動靴・タオル・飲み物等

対象は老若男女問わず  
どなたでも！