

第3弾!!  
カンタン! 楽しい!

# eスポーツ 体験会

「太鼓の達人」  
にチャレンジ!

リズムゲーム  
をみんなで  
楽しもう!



【会場】 高齢者センターみやうち 長岡市曲新町566番地7

【対象】 65歳以上の市内在住の方

【定員】 各10名(先着)

【日時】 午前10時から午前11時30分まで

体験会は**2回**となります。

①~③のどれかにお申込みください。

①水曜日コース

1/8・1/15

②木曜日コース

1/9・1/16

③金曜日コース

1/10・1/17

希望する方は、  
**体験した曜日のコースで**  
**継続利用が可能です!**  
(最大8回)

1月

2月

3月

体験  
教室

継続可能期間

<水曜コース> 1/8 1/15 1/22 1/29 2/5 2/12 2/19 2/26 3/5 3/12

<木曜コース> 1/9 1/16 1/23 1/30 2/6 2/13 2/20 2/27 3/6 3/13

<金曜コース> 1/10 1/17 1/24 1/31 2/7 2/14 2/21 2/28 3/7 3/14

【申込】 12月11日から

健康増進課へ電話にてお申込みください。

~お問い合わせ・申込み~

長岡市 健康増進課 TEL 39-7508 (平日8:30~17:15)