



十文字地区交流センター便り

令和7年6月15日 発行：十文字地区交流センター ☎ 0182-42-2067

スローエアロビック教室のお知らせ

● 事前申込不要です!開催日にお越しください ●

【開催日】 毎月第2・4木曜日(変更になる場合があります)
 【会場】 十文字地区交流センター交流ホール
 【時間】 10:00~11:00
 【会費】 300円(毎回、開催時に頂戴いたします)
 【定員】 20名程度(毎回)
 【用意する物】 水分補給用の飲み物、ヨガマット、運動できる靴



～前編、後編、お楽しみ、お楽しみ、お楽しみ～

6月・7月の開催日 6/12(木) 6/19(木) 7/10(木) 7/24(木)

健康麻雀教室のお知らせ



講師をお迎えし、初心者向けの健康麻雀教室を開催しています。ご興味のある方は、是非見学にいらしてください。

6月・7月の開催日

*会場：交流ホール(7/15のみスタジオ1)13時30分～

6/10(火) 6/17(火) 7/8(火) 7/15(火)

十文字地区交流センター運営協議会 健康福祉部会事業

防災講習会

のお知らせ ⚠

災害はいつ起こるか分かりません。横手市危機対策課から講師を迎え、防災講習会を開催いたします。自分や大切な人を守るために、防災に対する意識を高めましょう。

【日時】 令和7年 7月 1日(火)
10時～12時(受付開始：9時30分)

【内容】 『横手市内の災害の現状と課題、対策について』
『よこて安心・安全メールの登録について』

【会場】 十文字地区交流センター 交流ホール

【参加費】 無料



事前申し込み不要ですので、どなたでもお気軽にご参加ください。

『よこて安心・安全メール』は、当日登録ができます。

メールアドレスのない方は当日の登録はできませんのでご注意ください。

※当日は簡単な受付(性別、年代、地区の記入)や、事業記録用に写真を撮らせていただきますので、ご了承ください。

※お帰りの際はアンケートにご協力をお願いいたします。