



50代60代からの習い事

# 大人ダンス部

2026年1月新規開講

音楽やリズムに合わせて踊るダンスは、楽しさ+脳の働きを活性化させ、認知症予防  
脳トレ・基礎代謝アップの効果が期待できる大人におすすめの習い事です。



## 無料体験会開催

12月1日,8日,15日

月曜日 13:00 - 14:00

50歳以上対象／各日先着10名

施設窓口もしくはお電話にてお申込みください

【申込・問合せ】 大庭産業アリーナ小倉南 ☎093-963-2675