



申込不要

きみのホットスペース特別イベント

体操あそびの日

3月25日(水)
10:30～11:30

平城西公民館 2F大会議室

ゆっくり自分のペースで
身体を動かしませんか?

笑ったり、転んだりしながら
楽しくココロとカラダをほぐそう

* 体操あそびの
リーダー

ヨガ講師
幼児体操講師

たかこ
かまら 尊子さん



きみのホットスペース
毎週水曜日 9:00～17:00

(令和8年2月11日は休み)

ちょっとホットしたいとき、ぜひ公民館を利用してください

本を読んだり、自習をしたり、のんびりと自分のペースで過ごせます



お問合せ

(公財)奈良市生涯学習財団
平城西公民館

☎ 0742-71-5711
奈良市神功4丁目25