

西武グループは地域の皆様の
「健康」と「交流」を応援します

12月
保存版

毎週水曜日に
遊びに来ませんか?

BIGBOX東大和

健康講座のご案内

12月21日
(水)

★ 冬の特別企画!!クリスマス会 ★

内容：冬の特別企画!今年最後の体操とクリスマス会を開催いたします!
今回も皆さんで盛り上がるゲームや出し物をご用意しております。
一緒に楽しい時間を過ごしましょう!乞うご期待!

時間：13:30～15:40

料金：¥2,000



入会金
年会費無料

★ SEIBU PRINCE CLUB 会員特典!!

SEIBU PRINCE CLUBカードを受付にてご提示いただくと、
対象講座の参加料金が100円引きとなり、プリンスポイントも
貯まります。

※各講座の会員料金の記載があるものが対象です。



★ 地域講師募集

あなたの趣味、特技を地域で生かしませんか?

60分の講座を担当して頂ける地域講師を募集しています。運動・手芸・音楽、内容は何でも結構です。

① 資格不要 ② 年齢不問

活動日：毎週水曜日 ① 13:30～14:30 ② 14:40～15:40

内容：BIGBOX東大和健康講座運営業務

ご自分の趣味や特技を生かして60分の講座を運営して頂きます。

謝礼：2,000円(1回60分)

人数：数名

お問い合わせ：0120-615-610(平日10:00～16:00)

info@playcare.jp

*お電話にて連絡の上、面接にお越し頂きます。(履歴書持参)





私達は、皆様の「健康」と「交流」を応援します！

12/7
(水)

免疫カアップ体操

講師：日見 啓子
内容：冬を乗り切るために、免疫力アップの体操をご紹介します。
時間：13:30～14:30
定員：40名
料金：500円



クリスマスリース作り

講師：鶴下 徳子
内容：可愛いクリスマスリースを作ってお部屋に飾ってみませんか？
時間：14:40～15:40
定員：40名 料金：500円
SEIBU PRINCE CLUB会員料金:400円



12/14
(水)

血液巡回向上運動

講師：藤原 芳江
内容：全身をゆっくり動かすことにより、血液の循環を促進し健康な体づくりに役立ちます。
時間：13:30～14:30
定員：40名
料金：500円



折り紙でお正月セット

講師：株式会社ブレイケア スタッフ
内容：折り紙で干支飾りやポチ袋を作ります。
時間：14:40～15:40
定員：40名
料金：500円
SEIBU PRINCE CLUB会員料金:400円



12/21
(水)

冬の特別企画!!クリスマス会

内容：冬の特別企画!今年最後の体操とクリスマス会を開催いたします!
今回も皆さんで盛り上げられるゲームや出し物をご用意しております。
一緒に楽しい時間を過ごしましょう!乞うご期待!
時間：13:30～15:40
料金：2000円



12/28 (水) は年末の為お休みいたします

SEIBU PRINCE CLUB 会員募集中!!

SEIBU PRINCE CLUBは、BIGBOX東大和をはじめ、西武鉄道沿線のプリンスポイント加盟店で108円(税込)につき1ポイント貯まるポイントカードです。
貯めたポイントは様々な商品と交換することが可能です。
※貯めたポイントを交換するには、会員情報登録が必要です。インターネットまたはSEIBU PRINCE CLUB入会のご案内に付属のがきでご登録ください。



地域の皆様の健康寿命延伸を目指して、「健康」と「交流」を応援する様々なアクティビティをご紹介します。お気軽に遊びにいらしてください。



BIGBOX東大和健康講座

住所：東京都東大和市桜が丘1-1330-19
BIGBOX東大和1階宴会場内

お問い合わせ 0120-615-610

10:00～16:00(土日祝日除く)
お電話での講座参加予約は受け付けておりません。チラシ折り込み直後は、お電話が混雑する場合がございますので、予めご了承くださいませようお願い致します。

【駐車場・駐輪場のご案内】

- 立体駐車場 404台
 - 駅前平面駐車場 24台*
 - BIGBOX東大和内 414台・バイク20台
 - 東大和市駅前第1 615台*
- *BIGBOX利用の割引適用はありません。

