

あなたが変わる

豊かな心と  
一生ものの健康と  
多くの友達を  
手に入れよう。

海津健康太極拳クラブ設立25周年記念

# 第23回 海津教室交流会

メインテーマ 「太極拳！ずっと元気で笑顔」

初めての方も是非ご参加下さい

日時：令和8年3月1日（日）

9：45～14：15

場所：海津市OCT文化センター

講演：「丈夫で長生き」斎藤宏一氏（元理事・元美浜町々長）

海津市制施行20周年記念事業  
宝暦治水完工270周年事業

 生涯繁盛  
SHOGAI HANJYO | 海津市

## 海津教室からのご案内

# 楊名時健康太極拳と一緒に練習しましょう

## メインテーマ「太極拳！ずっと元気で笑顔」

# 第23回 海津教室交流会

寒気きびしい季節となりましたが、健康太極拳愛好家の皆様方には、益々健康でご活躍のこととお慶び申し上げます。異常気象の為か、温かくなったり、寒くなったり、の日が続いています。お体には、十分にご自愛下さいます様お願い申し上げます。

そんな中ですが、自粛していた活動に区切りを付け、生き生きと輝く自分を見つけ出し、太極拳を続けて行きたいものです。感染症対策を考えながら、第23回目の「海津教室交流会」を教室間の交流と愛好者が多くなることを目的として開催します。

今回の「海津からのメッセージ」は「太極拳！ずっと元気で笑顔」を発信します。

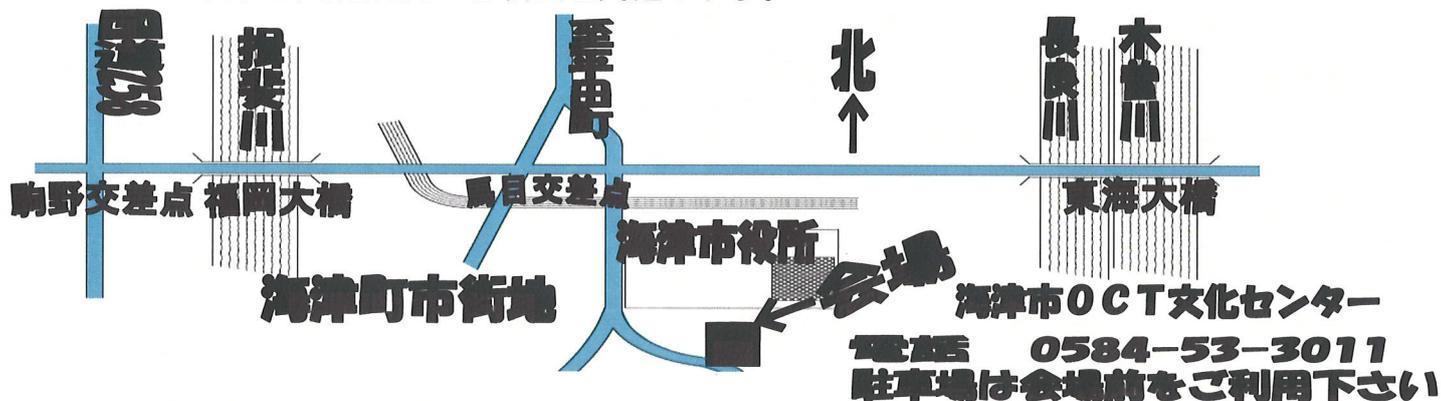
今回は、創立25周年記念大会、及び海津市制20周年記念事業として開催致します。

お忙しい時とは存じますが、皆様方お誘いの上ご参加下さいます様お願いいたします。

### 記

- 日時 令和8年3月1日（日） 午前9時半から14時まで  
簡単な昼食を用意いたします。
- 場所 海津市海津町高須585番地1 海津市OCT文化センター 2階小ホール  
TEL 0584-53-3011
- 交通 各自 自家用車にてお願いします。（駐車場は会場前駐車場をご利用下さい）
- 参加費 無し
- スケジュール
- |                        |                       |
|------------------------|-----------------------|
| 9:45 集合・挨拶             | 11:50 講演「丈夫で長生き」斎藤宏一氏 |
| 10:05 八段錦・太極拳二十四式演舞    | 13:00 懇親会・10年前の色紙を見て  |
| 10:35 対面太極拳            | 14:00 あいさつ            |
| 11:00 休憩・参加教室紹介・ちょっと学習 | 自由解散                  |

今回は懇親会等は予定しております。簡単な昼食（おにぎり）は用意します。尚、会場建物内で懇親会を開催します。



当日は感染症やインフルエンザ拡大防止措置を行って、開催いたします。

出欠を連絡頂きます様お願い致します。

連絡先 海津教室 代表下田迄 090-3159-7271 FAX0584-52-2157

ショートメールでも結構です。

また、Eメール maruwa412@octn.jp でも結構です。

海津市制施行20周年記念事業  
宝暦治水完工270周年事業

