

楽しく学んで  
自分磨き ✨

# 速読

# で脳トレ!!

「速読」は本を速く読むだけではなく、視野や記憶の幅を拡げたり、脳を活性化したりする効果が期待されています。呼吸法や姿勢を意識しながら、本がより好きになるようトレーニングを行います。全3回。



2020年

3月6・13・27日(金)

10:00 ~ 12:00

受講料：1,800円

定員：28名

持ち物：筆記用具

講座名

楽しく学んで自分磨き 速読で脳トレ!!

名前(ふりがな)

電話番号

( 歳)

住所 〒

何を見て知ったか

はがきかファクシミリ、メール、または直接会館で受付します。

応募締切 2月15日(土) 必着

※申込多数の場合は抽選になります。  
当選者にはメールまたははがきで詳細を通知します。

堺市立東文化会館

〒599-8123 堺市東区北野田 1077-301 アミナス北野田 3階

TEL 072-234-5691 FAX 072-234-5697

E-mail: east@sakai-bunshin.com