

ふれあい学級（高齢者向け） 参加者募集

日時：毎月第3水曜日 10:00～11:00

※パソコン学習（9月、10月）は第3土曜日

※リズム体操+脳トレ（12月）は第2水曜日

※歴史文化学習（1月）は2回（第3、第5水曜日）

会場：畑野農村環境改善センター

受講料：1,000円（65歳以上は無料）

☆日程と内容☆

月	日	内容	講師
6	21	ストレッチ+マインドフルネス	高野 寛子 様
7	19	ストレッチ+マインドフルネス	〃
8	16	ヨガ	菊池 君子 様
9	16	パソコン学習	末武 一也 様
10	21	パソコン学習	〃
11	15	リズム体操+脳トレ	小池 幸夫 様
12	13	リズム体操+脳トレ	〃
1	17	歴史文化の学習	渡邊 佳照 様
1	31	歴史文化の学習	〃
2	21	健康講話など	市役所保健師

※内容については変更する場合があります。

高齢者の方を対象に、
月1回「ふれあい学級」を
開催します！
一緒に頭と体の体操をし
たり、学んだり、仲間づく
りをしてみませんか？



【申込み・問合せ先】 平日8:30～17:00

畑野地区公民館 TEL: 66-3889