

## アクティブシニア講座

# いきいき健康教室受講者募集

対象者： 成人男女  
 期間： 令和3年5月～令和4年1月（全8回）  
 定員： 20名（先着順）  
 費用： 1,300円（材料費）



回	日程	時間	講座名	講師
1	5月12日(水)	13:30～ 15:30	あなたも今日から 雑がみ分別博士です ～雑がみを分別しよう～	ごみ減量推進課
2	6月9日(水)	14:00～ 16:00	笑いヨガ ～健康は笑いから～	藤森 里美 先生
3	7月14日(水)	13:30～ 15:30	健康講座 ～オーラルフレイルって何？～	南区健康づくり課
4	9月8日(水)	13:30～ 15:30	認知症予防教室 ～認知症について学ぼう～	南区長寿保険課
5	10月13日(水)	13:30～ 15:30	脳トレ ～脳トレで元気になりましょう～	前田 哲治 先生
6	11月10日(水)	13:30～ 15:30	きらきら貯筋体操	天野 和美 先生
7	12月8日(水)	13:30～ 15:30	パン粘土で「干支」をつくろう講座 ～かわいい「寅」をつくりましょう！～	杉村 典代 先生
8	1月19日(水)	13:00～ 16:00	パンを焼いてティータイム！講座 ～交流会で和気あいあい！～	柴原 明子 先生

※第2回講座（6月9日）は、時間が14時から、第8回講座（1月13日）は、13時から16時までとなります。

☆新型コロナウイルス感染状況等により開催日時・学習内容等を変更・中止することがありますので、ご了承下さい

### お申し込み

4月21日（水）13時30分から五島協働センター窓口にて受付します。

費用（材料費）を添えてお申し込みください。

定員に「空き」があれば、14時から電話（425-9147）にて、申し込みを受付けます。費用（材料費）を、後日協働センターまでご持参ください。

裏面もあるよ！