

シニアいきいき講座のお知らせ

回 覧

今年度も野本地区在住のシニアの皆さんを対象にシニアいきいき講座を開催します！

シニアクラブに加入していなくてもOK！今回も、楽しくてためになるいろいろな講座をご用意しました。お誘いあわせの上ご参加下さい！

令和5年度 野本地区シニアいきいき講座プログラム

主催：社会福祉協議会野本支部 東松山市（野本市民活動センター）
後援：野本シニアクラブ連合会

※開催日：令和6年2月1日（木）、8日（木）、15日（木）、29日（木）

	1	2	3	4
日 時	2月1日（木） 午後2時00分 ～3時30分	2月8日（木） 午後2時00分 ～3時30分	2月15日（木） 午後2時00分 ～3時30分	2月29日（木） 午前8時45分 ～午後4時30分
場 所	野本市民活動センター	野本市民活動センター	野本市民活動センター	埼玉・群馬
事業名	健康講座	防災講座	昭和歌謡	バス視察研修
内 容	いきいき健康講座と 自宅できる簡単体 操 ※室内履き（運動靴） をお持ちください。	イツモ防災講座 ～あなたのイツモが モシモを変える～	ノンキーズバンド による演奏会	主な視察先 渋沢栄一記念館 富岡製糸場
講 師	（株）浜屋 カーブス事業部	東松山市 危機管理防災課	ノンキーズ	
備 考	座席は椅子と なっております。 ※終日（10～16時）、 希望者に血管年齢チ ェックを行います。 講座に参加しない方 も受けられます。	座席は椅子と なっております。	座席は椅子と なっております。	※定員：30名 参加費：9,000円 （先着順。お申込み の際、参加費をお支 払ください。）

※プログラムはあくまで予定なので、変更することもあります。

◎参加申込みは、1月10日（水）から31日（水）まで、野本市民活動センター窓口で行っています。なお、講座ごとの申し込みとなります。

◎第4回目のバス視察研修は参加費が9,000円かかりますので、参加ご希望の方はお申し込みの際に参加費をご提出ください。