

ほくぶ

さわやかセミナー

今年度のほくぶさわやかセミナー（高齢者セミナー）は
すべて第2木曜日に行います。

時間 13：30～15：00（早めに終わるものもあります）

会場 多目的室（予定）

○ 5月 8日(木) 昭和歌謡を歌おう

講師 下山恵子さん（音楽教室主宰）他

○ 6月12日(木) ウクレレとフラダンスで楽しもう

講師 モクレレの皆さん（本センター活動グループ）

○ 7月10日(木) 食とお口の健康を考えよう

講師 長寿介護課

○ 9月11日(木) ミュージカルで楽しもう

講師 市野ゆみさん（Team GAKU主宰）

○ 10月 9日(木) マジックショーで楽しもう

講師 中嶋健治さん（津田校区市民館長）

○ 12月11日(木) 自分らしく生きるために

講師 中村尚実さん（喜寿苑看護師）

対 象 概ね60歳以上の方

申し込み センター事務室に直接、または電話、メールで
北部生涯学習センターへお申し込みください。

申込〆切 令和7年4月25日（金）※当日参加も可

お問い合わせ・お申込み

北部生涯学習センター

電話 (0532) 53-4212

E-mail : hokubu@sala.dti.ne.jp