

令和6年度 アクティブ・シニア講座

県居生きがい教室

【年間計画表】

回	月日	会場	内容
1	6年 5月 8日 (水)	ホール	レクリエーションで仲間づくり
2	6年 6月12日 (水)	講座室	60歳からの栄養講座及び体組成計測定
3	6年 7月10日 (水)	ホール	健康気功
4	6年 8月14日 (水)	講座室	家庭で取り組む地球温暖化対策
5	6年 9月11日 (水)	ホール	ヨガとピアノ
6	6年11月13日 (水)	講座室	「睡眠」と「健康」の知恵袋講座 第一回
7	6年12月11日 (水)	講座室	「睡眠」と「健康」の知恵袋講座 第二回
8	7年 1月 8日 (水)	ホール	脳リフレッシュ講座

⑨
内容は変更になる場合があります。

【時間】 9:30 ~ 11:30

【対象】 西部中学校区にお住まいで年間通じて参加できる方

【定員】 30名

【受講料】 無料（別途材料費等が必要となる場合があります）

※ 講座の様子を撮影し、協働センター通信等に掲載させていただきます。ご了承ください。



【お申込期限】 4月18日(木)17:00

【お申込方法】 ①②どちらかの方法でお申込みください。

① 県居協働センター窓口またはお電話(☎456-1415)9:00~17:00(日曜・祝日を除く)

② インターネットから

中央区協働センター通信

検索

※ 先着順ではありません。

※ 定員を超えた場合は、事務局で抽選させていただきます。

※ 定員に満たない場合は、定員になるまで受付します。



【当選連絡】 4月22日(月)・23日(火)9:00~17:00

● 窓口またはお電話でお申込みの方:ご当選された方のみご連絡します。

● インターネットからお申込みの方には、結果をメールでお知らせします。

※ 当選確認後にキャンセルする場合は、協働センターまでご連絡ください。