

豊 齡 大 学(全7回)

参加費無料 定員:30名

60歳以上の方なら、どなたでも参加できます！

人生まだまだこれから!!講座を通じて、いろんな事を学び刺激を受けましょう。

そして、生きがいや楽しさを知るきっかけづくりを皆さんと一緒にしませんか♪

① 6/28(金)

10:00~11:30
(開講式 9:50~)

『健康体操』

簡単に楽しく出来る体操を
学びましょう

講師：健康体操の匠
阿部 美代子氏



② 7/26(金)

10:00~11:30

『昔遊び』

～方言かるた大会～
一緒に楽しい時間を過ごし
ましょう！

講師：はまなすゆ～りんず



③ 9/20(金)

9:00~16:00

『移動研修』

行き先：沿岸部付近
※実費として2,500円
程度かかります。



⑥ 12/20(金)

10:00~11:30

『わっはっ歯』

口の健康と体の健康に
ついて知ろう！

講師：保健センター



⑤ 11/22(金)

10:00~11:30

『フレイル予防』

体は健康状態ですか？
自分の体がどの段階か
チェックしましょう！

講師：明治安田生命



④ 10/25(金)

10:00~11:30

『えっぐおじさんの たまごの学校』

卵のカラに絵を描いて、素敵
な作品を作りませんか？

※材料費がかかります。

講師：菊地 克三氏

⑦ 1/24(金)

10:00~11:30

『落語観覧』

講師：東北大学
校友会 落語研究部

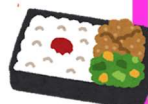


11:30~13:30

閉講式

お楽しみの食事会☆

※お弁当代がかかります。



なとりん号 閑上線(下り) 時刻表

車がない方も！

名取駅東口【9:20】発→下余田【9:30】→円満寺前【9:31】
→多賀神社前【9:32】→大曲布田【9:33】→高柳【9:34】
→小塚原【9:35】→かわまちてらす閑上前【9:37】着

《お問合せ先》

閑上公民館窓口かお電話でお申し込みください。

受付:平日 8:30~17:15

☎ 022-385-0005