

ウォーキング教室・健康体操教室 案内

教室	期間・曜日	時間	対象	内容
ウォーキング教室	令和4年4月～令和5年3月までの火曜日	9時30分～11時	町内在住の人	まずは歩くことから始めませんか？健康講話もあります。
健康体操教室	令和4年4月～令和5年3月までの木曜日	14時～15時30分	町内在住の女性	若い方からご年配の方まで手軽にできる健康体操教室です。

【場 所】総合体育館

【持参物】○マスク ○運動のできる服装 ○屋内用シューズ
○タオル ○マット ○水筒 など

【その他】参加費1回100円。

3月17日(木)～29日(火)までに申込(定員各40人)



募集
ウォーキング教室・健康体操教室
教室参加者募集

町 社会教育課 社会体育係 ☎65・5145

ことぶき大学 講座案内

【期 間】令和4年5月～令和5年2月の間の月1回

【対 象】町内在住の60歳以上(令和4年4月1日現在)

【申 込】4月1日(金)～12日(火)の間の役場開庁日時に教材費と一緒に住民センターへ申込。 ※申込書は住民センターで配布

【その他】専門講座のみでの受講はできません。

講座	曜日	時間	定員	教材費
園芸 習字 コーラス	毎月第3火曜日 ※一部日程変更あり	13時40分～14時50分	30人	3,000円
			25人	1,200円
			25人	300円
運 動	毎月第3水曜日 ※一部日程変更あり	11時～12時15分	30人	100円
教 養	毎月第3火曜日	12時30分～13時30分		

※新型コロナウイルス感染症拡大状況により、開催及び内容について変更する場合があります。

ことぶき大学では、生きがいの発見や充実感、学びのきっかけを作ることを目的として講座を開設しています。



募集
新しいことを学びませんか？
令和4年度ことぶき大学
講座受講生募集

町 社会教育課 社会教育係 ☎65・2007

【日 時】4月～9月の間の毎週火曜日(全24回)
10時～11時30分

【場 所】総合福祉センター「ひまわりの里」ほか

【対 象】65歳以上の人(ただし、令和3年度にこの教室に参加された人は除く)

【その他】参加費無料。3月25日(金)までに要申込(定員15人・先着順)。



募集
令和4年度介護予防防事業
「目指せ！健康長寿！」
はつらつ体操教室生徒募集

町 健康福祉課 高齢者・女性係 ☎65・0001

【日 時】5月12日～8月4日の間の毎週木曜日(全12回) 14時15分～15時45分

【場 所】総合福祉センター「ひまわりの里」

【対 象】65歳以上の人(新規の方優先。リピーターの方も先着で受け付けます)

【その他】テキスト代1200円は自己負担。4月8日(金)までに要申込(定員12人)。電話での受付はできません。



教室
令和4年度介護予防防事業
「目指せ！健康長寿！」
脳若トレーニング生徒募集

町 健康福祉課 高齢者・女性係 ☎65・0001