

■ことぶき大学 講座案内

- 【期 間】令和5年5月～令和6年2月の間の月1回
 【対 象】町内在住の60歳以上（令和5年4月1日現在）
 【申 込】4月3日(月)～14日(金)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	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
習字			25人	1,200円
コーラス			25人	300円
運動	毎月第2木曜日 ※一部日程変更あり	13時45分～15時	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。

☎ 社会教育課 社会教育係 ☎ 65・2007



新しいことを学びませんか?
**令和5年度ことぶき大学
 講座受講生募集**



今年も引き続き開催します!
**オレンジサロン
 ひまわりカフェ開催日程**

☎ 健康福祉課 高齢者・女性係 ☎ 65・0001

「ひまわりカフェ」は高齢者やその家族の方々を対象とした「憩いの場」です。「健康体操」とは、椅子に座ったままできる体操を中心にカリキュラムを組んでおり、家でもできる内容で、他の体操教室の参加が難しくなってきた方(例えば90歳代の方)なども無理なくご参加いただけます。気軽に立ち寄り、みなさんと楽しくおしゃべりしながら、心も体もリフレッシュしましょう。認知症や介護について、日頃の悩みや不安も、会場のスタッフに気軽に相談ください。



- 【日 時】第1木曜日・第3木曜日(月2回) 10時～12時 ※祝日の場合は翌週に開催
- 【内 容】10時30分～12時00分・健康体操(椅子に座ったまま行います)・健康チェック
- ※各自、水筒(飲み物)をご持参ください。
- 【場 所】地域商社いいバイ桂川(総合福祉センター「ひまわりの里」の隣)
- 【その他】参加費無料。申込不要。午後の催し及び飲み物の提供はありません。※12時～15時は、ひまわりカフェとして、そのままお部屋をご利用いただけます。

■ひまわりカフェ(健康体操) 日程表

開催日		開催日	
4月	6日	7月	6日
	20日		20日
5月	11日	8月	3日
	18日		17日
6月	1日	9月	7日
	15日		21日

【健康体操】10時30分～11時30分

※検温、マスクの着用、人との距離など感染予防に十分ご注意ください。気軽にご参加ください。体調が悪い方、熱がある場合はご参加いただくことができません。(会場でも検温します) ※なお、新型コロナウイルス感染症拡大の恐れがある場合など、開催を中止することがありますので、ご了承ください。(初回参加時に連絡先を確認いたします)

