

いきいきセミナー

笑顔と知識が広がる シニア世代の学びと交流の場 全7回

1	5月21日(水)	童謡唱歌ころのうた ～歌詞の意味を知り楽しく歌う	カナリヤの会 豊田陽代さん 奥山さゆきさん
2	6月4日(水)	知って安心、お口の健康講座 ～認知症予防のために	地域包括支援センター ユープ豊橋中央 歯科衛生士
3	6月18日(水)	10歳若返る肌づくり	東三河ヤクルト販売(株) ビューティサポートチーム
4	11月5日(水)	脳のアンチエイジング ～からだづくりとお話	医療法人松崎病院 精神保健福祉士 社会福祉士
5	11月19日(水)	はじめてのスローエアロビック ～笑顔でステップ健康教室	エアロビック インストラクター 内田都子さん
6	12月3日(水)	「あの頃君は若かった ～元タウン誌編集者からみた 昭和な豊橋」	ラジオパーソナリティー 竹内竹蔵さん
7	※ 12月17日(水)	ころを込めて迎える新春 ～しめ縄・お正月リース作り	いけばな真生流 代表 谷村多津子さん

時 間：午後1時30分～3時00分

対 象：概ね 60歳以上のかた

定 員：40名

受講料：無料

〔空きがあれば随時参加可能・7のみ不可〕

注意事項

しめ縄・お正月リース作り 材料費1,800円(税込み)

準備のため事前に出欠を確認します。

申込方法

直接窓口か電話、下記 QRコードから お申込みください。

豊橋市東松山町23番地

中部生涯学習センター

☎ (0532) 53-0638

