

令和6年度 上溝公民館高齢者学級 学級生募集！！

# 上溝なごみ学級

高めよう！健康と生活～できることは自分で～

10月1日(火)～11月26日(火) 全9回 午後1時30分～3時30分

※第5回は午前9時～午後4時、第7回は午後2時30分～4時30分の予定です。

回	開催日	内容
1	10/1(火)	開級式・落語鑑賞
2	10/8(火)	薬についての講座
3	10/22(火)	包括支援センターについての講座
4	10/29(火)	カローリング、輪投げ、ラダーゲッター体験
5	11/1(金)	川越(蔵の街・喜多院)へ社会見学
6	11/5(火)	みんなで合唱♪
7	11/12(火)	江戸人形浄瑠璃の鑑賞
8	11/19(火)	「地震に強い家・弱い家」耐震講座
9	11/26(火)	閉級式・ハーモニカ鑑賞

会場：上溝公民館 大会議室ほか

対象：上溝地区にお住まいの60歳以上で、おおむね全て参加できる方

募集：30名 ※申込み多数の場合は抽選とし、結果はハガキにてお知らせします。

参加費：3,000円(社会見学代) ※参加費については開級式で説明します。

申込み：8月23日(金)～8月31日(土) 午前9時～午後5時の間に、

上溝公民館窓口にて申込み。※正午～午後1時を除く。

お問い合わせは上溝公民館へ

電話：042-761-2288