

令和5年度 《いきいきサロン》のご案内



太田地区にお住いの方でしたら、どなたでも参加できます！！

申込先:太田コミュニティセンター ☎867-1139

日 程 表

	日 時 (13:30~15:00)	定 員	内 容	開催場所
1	5月18日(木)	15名	足裏マッサージ教室 講師:乃上 博美 先生	太田中央コミセン
2	6月15日(木)	20名	くらしのセミナーとコラボ ウソつき広告にご注意! ~安全なお買い物のための取組~	太田コミセン
3	7月20日(木)	15名	元気はつらつ体操(スクエアステップ) ~介護予防と足腰を丈夫にする体操~ 講師:阿河 貴子 先生	太田コミセン
4	9月21日(木)	15名	歌声喫茶~楽しく歌おう!~Part.1 講師:木村 奈緒子 先生	太田コミセン
5	10月19日(木) 13:30~14:30	15名	パズルで脳トレ ~楽しく頭を鍛えよう~ 講師:村上 保代 先生	太田コミセン
6	11月24日(金) 10:00~13:00	12名	※いきいき料理教室 講師:十河 絹子 先生	太田コミセン (調理室)
7	12月21日(木)	15名	※手作り作品を作ろう	太田コミセン
8	1月18日(木)	15名	歌声喫茶~楽しく歌おう!~Part.2 講師:木村 奈緒子 先生	太田コミセン
9	2月15日(木)	15名	脳の活性シナプロジー 講師:八田 奈緒美 先生	太田コミセン
10	3月21日(木) 13:00~15:00	30名	DVD鑑賞会	太田コミセン

※別途材料費が必要になります。



各自、タオル・飲み物をご
持参ください。

