



令和6年度 高齢者教育推進事業

# ほのぼの学級

期 間 6月18日からスタート 全10回 (詳細は裏面参照)

募集対象 管内在住の65歳以上の方 先着50名

※管内老人クラブ会員は、クラブを通じて申し込みください(事前申込可)

資 料 費 1,000 円 (移動研修費用・創作材料費は別途徴収)

申 込 6月4日(火)

朝8時にセンターを開けます

⇒入口にて整理券を渡し入館いただきます

⇒8時30分から窓口で受付開始 (電話受付は9時以降)

そ の 他

都度の開催通知ハガキは送付いたしません

裏面の日程表・持ち物をご確認ください

講師の都合などにより日程・内容が変更することがあります

東コミュニティセンター 和田字柏崎 44 ☎63-2154



.....キ.....リ.....ト.....リ.....

令和6年度 高齢者教育推進事業 ほのぼの学級 申込書

氏名 \_\_\_\_\_ 男・女 \_\_\_\_\_ 歳

住所 962- \_\_\_\_\_ 須賀川市 \_\_\_\_\_

電話番号 \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

講座中に撮影した写真等を公式 SNS などに使用します  承諾する

領収書

ほのぼの学級  
参加費として

1,000 円

領収しました。

月 日

東コミュニティセンター 印

令和6年度 ほのぼの学級 プログラム

回	日 程	曜日	テーマ	学 習 内 容	講 師	持 ち 物
1	6月18日 13:30~15:00	火	運動	開講式・オリエンテーション 笑顔でスタート!	スポーツインストラクター 田中 俊也氏	動きやすい服装 ・汗拭きタオル ・飲料・筆記具
2	7月2日 13:30~15:00		健康	「睡眠」と「健康」の知恵袋 野菜摂取量・血管年齢の測定会あり	明治安田 須賀川営業所 高島 克己氏	筆記具
3	7月16日 13:30~15:00		法律	遺された人が困らないために ~今すべき相続対策	ベストファーム郡山店 斉藤 圭祐司法書士	筆記具
4	7月30日 13:30~15:00		健康	認知症を防ぐ バランスの良い食事と運動	須賀川市役所 健康づくり課 深澤保健師・田辺栄養士	動きやすい服装 ・筆記具・飲料 ・フェイスタオル
5	8月20日 注 8:00~9:30		奉仕	環境美化ボランティア 第3中学校の生徒とジョイン!		動きやすい服装 ・飲料 ・汗拭きタオル
6	9月3日 13:30~15:00		創作	畳の縁でつるし飾り 作品は東CCまつりに出品予定・材料費別途	TATAMI VILLAGE 久保木 彩歌氏	筆記具
7	①9/17 ②9/24 未定		移動研修	福島市方面（詳細は後日発表） 2班に分かれます	職員2名添乗	動きやすい服装 ・飲料 ・飲みなれた薬
8	10月1日 8:30~11:00		運動	グラウンドゴルフ体験	東地区老人クラブ 連絡協議会	動きやすい服装 ・飲料 ・汗拭きタオル
9	10月22日 未定		移動研修	いわき方面（詳細は後日発表）	職員2名添乗	動きやすい服装 ・飲料 ・飲みなれた薬
10	10月29日 13:30~15:00		音楽鑑賞・閉講式	音楽鑑賞会・閉講式	イーミュージック音楽教室 小高絵吏氏	マイバッグ・筆記具 音楽を愉しむココロ

※講師などの都合により日程・プログラムが変更となる場合があります。

※詳細についてはお電話（63-2154）にてお問合せください

※筆記具・初回に渡したファイルは各自毎回お持ちください。