

城東福寿学級 開講のお知らせ

城東市民センターでは、地区住民間のふれあいと交流を深め、健康で明るい地域づくりを目指すため、60歳以上の方を対象に「福寿学級」を開催いたします。みなさまのご参加をお待ちしております。

【日程および学習内容】

回	日 時	学 習 内 容	講 師
1	6月26日(木) 13:30~15:00	開講式&講話【高齢者の健康管理】 ～腰部脊柱管狭窄症について～ 「整形外科の疾患」のひとつを語られます。 お楽しみ講座も用意されてます。 募集人数：40名	柳橋整形外科医院 院長 柳橋 俊秀先生
2	7月16日(水) 10:00~11:30	eスポーツ 【画像に合わせて太鼓を叩こう】 見て、聞いて、打って！ストレス発散！ 募集人数：30名	高齢福祉課
3	10月23日(木) 10:00~11:30	懐かしのメロディコンサート 【一緒に歌って踊ろう♪】 サクソ演奏・健康体操・民舞他 募集人数：40名	ナツメロボランティアグループ すずらん 代表 出沢 隆夫氏
4	3月5日(木)	移動学習&閉講式 	詳細は後日

★申込方法

- ・第1回、第2回 申込
6月5日(木)から6月23日(月) 9:00~17:00(土、日除く)
城東市民センター窓口にて申込用紙にご記入の上お申込み下さい。
定員になり次第締め切らせていただきます。
- ・第3回、4回 申込
後日お知らせいたします。
※移動学習は第1回～第3回福寿学級1回以上の出席者を優先します。
また、先着38名までとさせていただきます。

★その他

- ・当日体調がすぐれない場合、参加はご遠慮ください。

★問 合 せ 先

城東市民センター Tel 221-9974

主 催 水戸市城東市民センター
城東地区高齢者クラブ