

みやぎはつらつ教室学級生募集

楽しんで、学んで、運動して、健康長寿をめざしましょう！

○ 日時 内容等

NO	日時	内容	講師(敬称略)
1	7月6日(火) 9:50~11:30	開講式 気持ちよく身体を動かそう！	健康スポーツ指導者 樺沢麗奈
2	7月20日(火) 10:00~11:45	ふるさと宮城の先人の生き方に学ぶ -伝統のやさしさと思いやりの心が 人権の基本-	民俗研究家 酒井正保
3	8月3日(火) 10:00~11:00	高齢者の健康支援講座 熱中症 フレイル	大塚製薬(株) 矢口重信
4	8月17日(火) 10:00~11:30	管楽器演奏	AKO 三輪 明義 根岸 修 奈良 啓二郎
5	9月7日(火) 10:00~11:30	高齢者のコロナ対策	共愛学園前橋国際大学 小澤肇恵

○ 会場 宮城公民館

○ 対象 概ね60歳以上の宮城地区在住の方

○ 参加費 無料

○ 申し込み 6月22日(火)までに 宮城公民館へ 直接または電話で

○ 問い合わせ 宮城公民館 電話 027-283-6886

