

山本町公民館活動一覧（5月）

ジャンル	行事・講座名	実施月日	場所	対象(人数)	内 容
健康	けんこう体操教室 効果的なウォーキング &膝痛予防	5月1,15日(金) 10:00~11:00	山本町生涯学習センター 研修室	どなたでも (25名程度) ※募集終了	ウォーキングで期待できる効果や歩く際のポイント、膝痛にならないような予防運動をご案内！ 講師：たくまシーマックスインストラクター 受講料：無料
その他	終活講座 —これからの人生を 身軽に楽しむ—	5月8日(金) 10:00~11:00	山本町生涯学習センター 研修室	どなたでも (25名程度)	まずは「小さく」始めよう！ ～財布・玄関・薬箱～ 講師：防災士・整理収納&お掃除アドバイザー 道久 礼子 氏 受講料：無料
高齢者 大学	やまもとセミナー	5月20日(水) 10:00~11:00	山本町生涯学習センター 研修室	どなたでも	「食中毒予防のチェックポイントについて」 講師：香川県西讃保健福祉事務所より  やまもとセミナー年会費：300円
健康	歌って笑って 若返り教室	5月22日(金) 10:00~11:30	山本町生涯学習センター 研修室	どなたでも (25名程度)	昭和歌謡や童謡を振り付きで楽しく歌うことで脳の活性化をはかります。 講師：音楽療法士 大浦 美樹 氏 受講料：無料
その他	スターウォッチング	5月23日(土) 19:30~21:00	山本ふれあい公園 多目的広場	どなたでも ※当日現地受付	「月を望遠鏡で見る」「春の星座を探そう」 ※月や星が見えない天候（雨天・天候不良時）の場合は中止いたします。 講師：西川 操 氏 受講料：無料

## 山本町公民館活動一覧（5月）

ジャンル	行事・講座名	実施月日	場所	対象(人数)	内 容
<p>※この情報に関するお問い合わせはこちら 山本町公民館 〒768-0103 山本町財田西154番地 TEL:0875-24-9152</p>					