

山本町公民館活動一覧（7月）

ジャンル	行事・講座名	実施月日	場所	募集状況	内 容
健康	健康体操教室 ウェーブリング体操	7月3,17日(金) 10:00~11:00	山本町生涯学習センター 研修室	※募集終了	波型の“ウェーブリング”という道具を使い筋肉や骨に軽い刺激を入れながら姿勢を調整するプログラム 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—	7月10日(金) 10:00~11:00	山本町生涯学習センター 研修室	募集中	「暮らしの安全と衛生！」 ～キッチン・クローゼット～ 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	7月15日(水) 10:00~11:00	山本町生涯学習センター 研修室	※募集終了	『わたしと家族の「そうぞく」』 講 師：明治安田生命保険相互会社より派遣
健康	歌って笑って 若返り教室	7月24日(金) 10:00~11:30	山本町生涯学習センター 研修室	募集中	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	わたしだけの お宝づくり 第2弾～絵手紙体験～	7月26日(日) 10:00～	山本町生涯学習センター クラフト工房	募集中 募集期間 ～7/16まで	送る相手をイメージしながら、墨を使って絵手紙を描いてみましょう！ 講 師：絵手紙「風の会」代表 藤田 正子 氏 材料費：300円 対 象：小学生以上（10名）

## 山本町公民館活動一覧（7月）

ジャンル	行事・講座名	実施月日	場所	募集状況	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>					