

イケてるおやじ&マダム学園

参加者を**募集**します。



シニア世代の交流、仲間づくりを目的に運動やクラフト、健康講話などを盛り込んだ全6回のセミナーです。ぜひご参加ください。

| 日 程  | 時間                      | 内容                           |
|--|-------------------------|------------------------------|
| ① 9月17日(木)   | 10:00~12:00             | 開講式とコミュニケーションゲーム             |
| ② 10月8日(木)<br>選択受講日<br>●広報教育しずくいし8月号掲載の日程から変更になりました。 | 【登山コース】<br>8:15~15:30   | 駒ヶ岳 8合目→国見へ                  |
|  | 【軽運動コース】<br>10:00~12:00 | 3B体操                         |
| ③ 11月6日(金)   | 10:00~12:00             | 国道46号線のゴミ拾い                  |
| ④ 12月24日(木)  | 10:00~12:00             | 座ってできる「座ストレッチ」               |
|  | 13:00~15:00             | 正月用クラフト (実費有)                |
| ⑤ 1月15日(金)   | 14:30 開演 (14:00 開場)     | 朗読鑑賞会<br>(出演:大塚富夫さん&後藤のり子さん) |
| ⑥ 2月25日(木)   | 10:00~12:00             | 保健講話と修了式                     |

【対 象】 町内在住または町内勤務の方

【参加料】 一人 1,500 円(初日にお納めいただきます。)

【定 員】 先着 55 人 (定員になりしだい締め切りとさせていただきます)

【申込・問合先】 雫石町中央公民館 019-692-4181

新型コロナウイルス感染拡大防止にかかるお願い

- ・受講時はマスク着用が必須となります。
- ・体調不良（熱・咳など）の際は受講をご遠慮いただきます。
- ・入館の際は、手指消毒の徹底にご協力ください。
- ・状況によっては中止となる場合もありますのでご了承ください。

【主催】 雫石町教育委員会生涯学習スポーツ課 雫石町総合福祉課