

城の辺けんこう学級

受講者募集!!

月に1回の学級活動

運動して、学んで、

レクリエーション!



体操教室 防犯講座 寄せ植え教室 ボードゲーム体験 etc...

城辺公民館では、7月29日(水)から『城の辺けんこう学級』を開催します。12月までの計6回、月替わりで健康や生活、趣味に関する学級活動を行います。若返りと気分転換を兼ねて、ちょっとした運動や勉強をしてみませんか?

**第1回目(7月29日)は、大人気 愛南スモールジムの
中尾聡志氏による「自宅でできるストレッチ・トレーニング講座」!**

※この回に教わった一部の運動は、毎回講座の準備運動として行います。

募集期間：令和8年7月15日(水)まで

定員：20名程度

対象：60歳以上の方（※60才未満も受講可。ただし、申し込みが定員を超える場合、60歳以上の方が優先になります。）

実施期間：7月～12月(毎月1回)、午後2時00分～午後3時50分まで

受講費：無料（※寄せ植え教室参加時のみ、材料費として1,000円が必要）

申込方法：別紙申込用紙に必要事項を記入のうえ城辺公民館へ提出または城辺公民館へ電話または直接来館して申込み

《問合せ・申込み先》

城辺公民館

城辺甲1943番地

TEL (5)72-0065

公民館HP



簡易MAP

