

令和8年度 富吉集会所 ふれあいのつどい受講生募集

ふれあいのつどい受講生として登録していただいた方に、下記の講座をご案内します。ふるってご応募ください!! ご参加お待ちしております(^_^)/

	講座名	日 程	講 師	内 容
1	健康ストレッチ (2回講座)	6/10 (水) 10時~11時30分 6/24 (水) 10時~11時30分	健康運動指導士 間中浩子先生	<ul style="list-style-type: none"> ・無料 ・簡単なストレッチで健康な身体づくりをしましょう
2	草木染め	7/17 (金) 10時~11時30分	とちぎ花センター 職員	<ul style="list-style-type: none"> ・材料費 2,000円 ・草木の染色液でストールを染めます
3	ヤクルト健康教室	9/15 (火) 10時~11時30分	両毛ヤクルト販売(株) 講師	<ul style="list-style-type: none"> ・無料 ・「健腸長寿」教室と、簡単な「腸元気体操」で、腸を丈夫にし、健康で長生きにつながる教室です
4	おいしいコーヒー の淹れ方講座	10/27 (火) 14時~15時30分	ユザワ珈琲 湯澤和貴先生	<ul style="list-style-type: none"> ・材料費 1,500円 ・美味しいコーヒーの淹れ方を学びましょう。ケーキ付!
5	野外研修	11/6 (金) 8時30分~16時	日程変更の可能性あり 行き先・時間未定	<ul style="list-style-type: none"> ・有料(交通費等) ・野外研修のみの参加は不可
6	寄せ植え ※人権講話あり	12/18 (金) 10時~11時30分	とちぎ花センター 職員	<ul style="list-style-type: none"> ・材料費 1,500円 ・たくさんの花の中から好きな花を選んで作ります
7	メディカル 脳活マッサージ	1/14 (木) 10時~11時30分	あいおい認知症 予防研究所 高橋洋樹先生	<ul style="list-style-type: none"> ・無料 ・簡単なストレッチや体操で認知症を予防しましょう



講座開催場所: 藤岡富吉集会所 栃木市藤岡町富吉 332-7
募集人数: 15名程度 空きがあれば随時参加申込み受け付けます
第6回講座の前に人権講話がありますので、ご参加ください

【申込み受付】

令和8年5月25日(月)~先着順 電話にてお申込み下さい
電話: 0282-43-6611 大平隣保館(8:30~17:15)