

ほほえみ学級のおさそい

元気に暮らすヒントを、地域のみなさんと一緒に学んでみませんか？
テーマはずばい「自分を見つめる」！ ご参加、お待ちしております！

学習プログラム予定表

※プログラムの内容は変更する場合があります。

回	開催日	時間	学習内容
1	7月 17日 金	13:30 ～ 15:30	ポッチャで盛り上がりよう！！ おびつスマイルサロン“いーね”と合同開催 今年度もアクティブに！
2	8月 18日 火	10:00 ～ 12:00	●有料回 六目波縁籠(ろくめなみふちかご)に挑戦 ココロを無にして竹細工に取り組んでみましょう！ 指導してくれるのは、元・小櫃公民館長の加藤洋和さんです。
3	9月 29日 火	10:00 ～ 12:00	大事！ 終活&暮じまいのお話 今日は一日公民館で過ごせます！ 午後はスマホ講座、夕方は「あそんべ食堂」があるよ
4	10月 20日 火	10:30 ～ 11:30	魂に響く！ 津軽三味線演奏会 今日も一日公民館で過ごせます！ 午後はスマホ講座、夕方は「あそんべ食堂」があるよ
5	11月 19日 水	10:30 ～ 12:00	おなかげんき教室 ヤクルトさんによる 腸の健康に関する健康教室
6	12月 17日 木	10:00 ～ 13:00	上総さわやか学級と交流 (幹事館・会場:小櫃公民館) ●有料回 太巻きずし作りで交流！
7	1月中 ※行先調整中	終日	●有料回 生涯学習バスで行く！ 移動学習
8	2月 25日 木	10:00 ～ 13:00	●有料回 うどんづくり+閉級式&表彰式

●連続モノの講座ですが、都合がつかない回は欠席でもOKです。

裏面へGO！

ほほえみ学級は...

- 「課題解決学習推進事業」として小櫃公民館が主催します。
- 健康的に年齢を重ねることを目指します。

対 象：年間をとおして学級に参加できる、
小櫃地区にお住まいの60歳以上の方

定 員：30名程度

申込方法：公民館の窓口か電話、またはFAXで

①お名前 ②年齢 ③ご住所 ④連絡先
をお知らせください。

昨年度に引き続き継続される方も必ずご連絡ください！

9月と10月の回は、終日公民館で過ごせます！

午前中「ほほえみ学級」、午後は「スマホ講座」、
17時から「あそんべ食堂(有料)」を開催。
一日丸ごと、公民館で過ごしてみませんか！
お待ちしております(昼食は持参してね)。



※ FAXでお申込みいただいた場合は、折り返し連絡をさせていただきます。

※ 全回参加が必須ではありませんが、最初の回の開級式には、できるだけ参加するようにお願いします。

※ 閉級式では、皆勤賞(または最多出勤賞)の表彰を行います。

問合せ・申込先は...

小櫃公民館(担当職員:藤平)

〒292-0451 君津市末吉128

電話35-2488/FAX35-2418