

～えがおで・楽しく・すこやかに～



声かけ合って公民館に出かけましょう！

令和7年度 戸石地区公民館
高齢者講座の御案内



No	開催日時	会 場	講座の内容	講 師
1	10月28日（火） 13：30～15：30	（上戸石寿会） 上戸石公民館	「社会参加の楽しさ（福祉とレクレーショ）」	中島 るり子 先生

運動ができる服装・タオル・水分補給できるもの・メモ帳をご準備ください

※ 講座の内容は、変更する場合がありますので御了承ください。

◎ 問合せは、戸石地区公民館まで（TEL 830-2937）



公民館は、人と人とのふれあいの場です！！

