

★ 寿 学 級 の 講 座 内 容 ★

令和 7 年 5 月 1 4 日 「転倒予防リハビリ体操Ⅰ」

6 月 1 1 日 「転倒予防リハビリ体操Ⅱ」

7 月 8 日 「学んで元気！腸のチカラ」

9 月 9 日 「笑 い ヨ ガ 」

1 1 月 1 1 日 「趣味と生きがい」

1 2 月 9 日 「楽しいマジックショー」

令和 8 年 1 月 1 3 日 「高齢者の防災対策について」

2 月 1 0 日 「歌声とともに・修了式」