

令和6年6月1日

## 令和6年度 ひなちさわやかクラブのご案内

比奈知市民センター高齢者学級から改名し、体制を変えてあらたに「ひなちさわやかクラブ」が発足しました。講座の内容に興味や、おもしろそうだな・・・とだけ思っただけならば是非ご参加ください。第1回目は、奈良明日香村方面に館外学習に出かけました。これからも色々な講座を開催いたしますので、皆さまお誘い合わせのうえご参加ください。

### 年間計画予定表 令和6年7月～令和7年3月分

第2回 より良い睡眠のための健康管理 三重ヤクルト

日時：7月19日（金）10：00～

場所：富貴ヶ丘集会所

第3回 手話体験レッスン

日時：9月20日（金）10：00～

場所：比奈知市民センター

第4回 青春歌謡ツクツク法師との合同音楽会

日時：10月17日（木）10：00～

場所：比奈知市民センター

第5回 館外学習

日時：11月11日（月）

場所：未定 お楽しみに！

第6回 防災講座 地震・風水害に備えよう

日時：1月24日（金）10：00～

場所：比奈知市民センター

第7回 健康体操 転ばぬ先の杖講座

日時：2月21日（金）10：00～

場所：比奈知市民センター

第8回 音楽を聞きながら茶話会

日時：3月25日（火）10：00～

場所：比奈知市民センター



※開催場所、日時、場所等は都合により変更になる場合があります。広報ひなちなどでご確認ください。 比奈知市民センター ☎ 68-1101