



蕨市立旭町公民館 平成 24 年度 高齢者学級

# ほのぼの学級

いきがいのある生活を実現するため教養・健康等について、  
みんなと輪を作り共に楽しく学びましょう。

対象者：60歳以上の方

時間：金曜日 午後1時30分～3時30分（日程表通り）

定員：30人（先着順）

参加費：1,600円（5/25 移動学習は別途集金）

申込：4月13日（金）10時から参加費を添えて旭町公民館（くるる）へ

※10時までに定員を超えた場合は抽選となります。（整理券1人につき1枚）



回		内 容	講 師
1	5/11	開講式 学べば青春、自分の世界を広げよう	植田 政明 先生
2	5/25	移動学習	公民館職員
3	6/1	笑み筋体操&フラワーセラピー花で元気に	阿部 広子先生
4	6/22	地球にやさしい省エネを実践しよう ～エコライフ DAY とマイ箸袋づくり～	NPO 法人 川口市民環境会議
5	7/6	大きな声ではつらつと みんなで詩を読もう ～保育園の子どもたちと楽しい時間～	三明 佳洋子 先生
6	9/21	押し花で額作り	福田 和子 先生
7	10/5	けが・痛みを予防 自宅でできるストレッチ	スポーツクラブ ルネサンス
8	10/19	元気よく頭の体操	足立 明美 先生
9	11/9	寒さに負けない食生活 調理実習（1・2班）	フードコーディネーター・介護食士
	11/16	寒さに負けない食生活 調理実習（3・4班）	市川 昌子 先生
10	12/7	閉講式・忘年会お楽しみ会	田中 洋平 先生

12月にくるる 年忘れ落語会（仮）を開催予定です。お楽しみに！！

\* 講師等の都合により、内容に変更のある場合もあります。

主催 蕨市立旭町公民館 電話 432-4053

平成 23 年度ほのぼの学級申込書 No. \_\_\_\_\_

ふりがな  
氏名 \_\_\_\_\_ 年齢 \_\_\_\_\_ 才 \_\_\_\_\_

電話 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

マンション名 \_\_\_\_\_

領収書

金 1600 円

平成 23 年度ほのぼの学級参加費として

平成 23 年 4 月 日

蕨市立旭町公民館