

令和7年度 ふれあい交流センター江之島「教養講座」

健康レクリエーション講座

脳を使ったり、手先を使うレクリエーションを通して、認知機能の維持
や充実した生活を送れるようにするとともに、高齢者同士の交流や社会
的なつながりが持てるようにします。

開催日時: 9月20日・10月18日・11月15日

12月20日(各月第三土曜日)

午前10:00~11:30

開催場所: ふれあい交流センター江之島1階ホール

講師: 和久田一夫先生(福祉レクネットワーク・ハートフル静岡代表)

対象: 市内在住の60歳以上の方

定員: 30人 * 抽選制

費用: 無料

申込方法: ふれあい交流センター江之島

電話・Fax 053-425-9907 または直接窓口まで

Mail: csw-enoshima@major.ocn.ne.jp

申込期間: 8月28日(木)~9月10日(水)

* 運動不足の解消

* 認知能力を刺激

* 他者とのコミュニケーション

* 気分のリフレッシュ

