

令和8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19日・10月17日・11月21日

12月19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(金)~9月10日(木)

*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

