

なんたん元気アップ体操教室のお知らせ

なつかしい曲や明るい音楽に合わせて気持ち良く体を動かすリズム体操、筋トレ、脳トレ、ストレッチを行います。南丹市介護予防サポーター「元気アップなんたん」の仲間と一緒に楽しく体を動かして、生き生きとした元気な生活を目指しませんか。

<旧摩気小学校>

●**日程** 4月18日、25日、5月9日、16日、23日、30日、6月6日、13日(各月曜日)

●**時間** いずれも午前10時30分～正午

<美山保健福祉センター>

●**日程** 4月19日、26日、5月10日、16日、24日、31日、6月7日、14日(各火曜日)

※5月16日は月曜日

●**時間** いずれも午後2時～3時30分

<八木老人福祉センター>

●**日程** 4月15日、22日、5月6日、13日、20日、27日、6月3日、10日(各金曜日)

●**時間** いずれも午前10時30分～正午

<胡麻基幹集落センター>

●**日程** 4月15日、22日、5月6日、20日、27日、6月3日、10日、17日(各金曜日)

●**時間** いずれも午後2時～3時30分

<共通事項>

●**参加費** 500円/回 ※直接会場にお越しください。

●**体操指導** 元気アップなんたん(南丹市介護予防サポーター)

☎NPO法人元気アップAGEプロジェクト

☎080-4242-4734

☎保健医療課

☎(0771)68-0016

「南丹将棋教室」の参加者を募集します

考えることの面白さ、礼儀を大切にする心、集中力、粘り強い精神力を培うとともに、共通の趣味を通じて世代を超えた仲間づくりをしませんか。お気軽にお申し込みください。【要申込】

●**日程** ※概ね毎週末に開催
・4月：16日(土)、23日(土)
・5月：7日(土)、15日(日)、21日(土)、29日(日)

●**時間** ※途中退館可
・初心者コース：午前10時～正午
・経験者コース：午後1時～5時

●**場所** 園部公民館

●**対象** 小学生以上ならどなたでも可 ※初心者可

●**費用** 一般：500円、高校生以下：300円(兄弟姉妹の場合は2人で500円)

※いずれも1回当たりの費用
※別途資料代必要

●**講師** 日本将棋連盟公認普及指導員、アマ6段 大山勝義氏

●**申込方法** 申込書(園部公民館に備え付け)に必要事項を記入の上、郵送、Eメール、FAXのいずれかでお申し込みください。

※申込書は、市ホームページからもダウンロードできます。

※申込期限はありませんが、参加者が多数になる場合は、募集を終了することがあります。

●**その他** 2回目以降の連絡は、講師から直接入ります。

☎園部公民館(月・祝日休館)

☎(0771)63-5820

☎(0771)63-2850

✉be-syakai@city.nantan.kyoto.jp

レクリエーション学習会の参加者を募集します

「いつまでも 楽しく元気に生きましよう」をテーマと一緒に学び合いをします。【無料・要申込】

●**日程・内容** ①第1回：4月20日(水)・ゲーム編、②第2回：5月11日(水)・クラフト編、③第3回：6月1日(水)・歌編
※全3回シリーズですが、1回のみ参加も可。

●**時間** いずれも午後1時30分～3時30分

●**場所** 南丹市社会福祉協議会八木支所

●**講師** レクリエーションコーディネーター 杉本雅子氏

●**定員** 各回30人程度

●**申込方法** 4月15日(金)までに、氏名、住所、電話番号を、電話またはFAXで連絡の上、お申し込みください。

●**持ち物** 5月11日(水)の第2回に参加の方は、はさみ、のり、カッターナイフ、カッターマット(お持ちの方)、定規、1リットル牛乳パック5個(つぶさず、洗って乾かしたものを)をお持ちください。

☎南丹市社会福祉協議会八木支所

☎(0771)42-5480

☎(0771)42-4412

さくら楽習館開講記念講演を開催します

平成28年度さくら楽習館を開講するにあたり、記念講演を開催します。【無料】

●**日時** 4月21日(木)
午後1時50分～3時20分

●**場所** 日吉町生涯学習センター大ホール

●**対象** どなたでも可