

さくら楽習館コーラス部の「春をうたおう」

さくら楽習館コーラス部の歌声と一緒に、春の童謡などを歌って楽しみましょう。【無料】

●日時 4月3日(水) 午後1時30分～3時30分

●場所 八木公民館3階大集会室

●主催 さくら楽習館コーラス部

☎八木公民館

☎(0771)42-3132

おとなの読書会を開催します

美山図書室では、2カ月に1回大人の方を対象にした読書会を開催しています。楽しい時間を共有しませんか。

●日時 4月4日(木) 午後2時～4時

●場所 美山文化ホール1階会議室

●持ち物 おすすめの本
☎美山図書室

☎(0771)68-0046

歌声喫茶を開催します

昔懐かしい童謡や昭和の歌を生伴奏と一緒に歌い、楽しいひとときを過ごしませんか。

●日時 4月7日(日) 午後2時～4時

●場所 みんなの居場所「わっかっか!」(日吉町殿田)

●運営協力金 500円(小学生以下無料)

☎みんなの居場所「わっかっか!」

☎080-9753-9402

✉wakkakka.2014@gmail.com

元気アップ体操教室のお知らせ

懐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や筋トレ、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。

●日程など

会場	時間	日程
旧摩気小学校(園部)	午前10時30分～正午	4月8日、15日、22日、5月13日、20日、27日、6月3日、10日、17日、24日(各月曜日)
こむぎ山健康学園(園部)	午後2時～3時30分	4月11日、18日、5月9日、16日、23日、30日、6月6日、13日、20日、27日(各木曜日)
美山保健福祉センター(美山)	午後2時～3時30分	4月9日、16日、23日、5月7日、14日、21日、28日、6月4日、11日、18日(各火曜日)
八木老人福祉センター(八木)	午前10時30分～正午	4月12日、19日、26日、5月10日、17日、24日、31日、6月7日、14日、21日(各金曜日)
とーくほーる(日吉)	午前10時～11時30分	4月12日、19日、26日、5月10日、17日、24日、31日、6月7日、14日、21日(各金曜日)
胡麻基幹集落センター(日吉)	午後2時～3時30分	4月12日、19日、26日、5月10日、17日、31日、6月7日、14日、21日、28日(各金曜日)

※会場の都合により、日程を変更する場合があります。不明な点はお問い合わせください。

●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)

●参加費 500円(1回当たり)

10回前払いは3,500円(上記日程で10回有効)

●参加方法 直接会場にお越しください。(申込不要)

☎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

健康づくり教室を開催します

●日時 4月10日、24日(各水曜日) 午前10時～正午

●場所 五ヶ荘地域活性化センター(森の学び舎 五ヶ荘)

●内容 健康体操、健康教室、福祉・介護に関する相談、サロン

※事前申し込みは不要です。

☎住みよいむらづくり協議会

☎(0771)73-0605