



木曜サロン

7/14 から 12/8 (毎月第2木曜日)

10:00~11:30 全6回

講座内容は裏面にあります。

募集要項

- ①市内在住の60歳以上の方40名(先着順)
- ②参加費2,000円(移動研修は別途集金)
- ③6/27(月)午前10時から7/4(月)午後5時まで tette オフィスにて受付。
 ※必ず受講する本人が参加費を持参の上、申込みください。
 ※電話での申込みは受け付けません。

※参加の際は、マスクの着用、咳エチケット等、新型コロナウイルス感染防止にご協力ください。
 ※熱、咳などの症状が続いている方は、ご参加をご遠慮ください。
 ※新型コロナウイルスの感染状況によっては、中止または延期となる可能性もあります。

木曜サロン申込書

名 前(ふりがな)			
住 所	市内		
電話番号		年 齢	歳

木曜サロンプログラム一覧



> 01 開講式・健康体操と薬膳の知恵 7/14

木曜サロンの説明と、夏を心地よく過ごす為に健康運動と薬膳の上手な取り入れ方を習います。

講師:薬膳コーディネーター
星裕介先生

> 02 伝統技法染紙でうちわ作り 8/11

和紙を使った染紙体験とオリジナルのうちわ、小物(缶バッチ)を作成します。

講師:tette コーディネーター

> 03 移動研修(日光方面) 9/8

初秋の日光で日光東照宮を中心に文化と歴史に触れます。定員 40 名

旅費:7,000 円前後

> 04 変わったよ!相続ルール 10/6

約40年ぶりに改正した相続法について、どう変わったのか分かりやすく教わります。

講師:けやき法律事務所
所属弁護士

> 05 映画観賞会 11/10

往年の名優たちが共演する名作を大画面で鑑賞しましょう。

上映予定:
幸福の黄色いハンカチ

> 06 閉講式・椅子に座ってリラックスヨガ 12/8

皆勤賞・参加賞の授与式を行います。その後、座ったままで出来るリラックスヨガを体験します。

講師:ヨガインストラクター
西間木恵理先生

※講師、新型コロナの感染状況、たいまつホール改修工事によっては、プログラム内容と日程、場所の変更があります。