

第4期恵山・楳法華いきいき学園

～令和7年度 第1回講座～

テーマ：健康講座

講座、クラブ
活動ともにすべて
参加無料

※申込み締切
5/20(火)まで

開催日時 令和7年5月23日(金) 10:15～14:30

開催場所 函館市楳法華総合センター (新浜町156-1)

～開講式～ 10:15～

第4期 恵山・楳法華いきいき学園
の概要説明などを行います。

～レクリエーション～ 10:30～

みなさんと交流を深めながら、楽しく学
ぶために自己紹介などを行います。

～講座～ 10:50～11:40

『今日から役立つ"健康づくり"～イキイキ健康生活～』

講師：函館市保健福祉部健康増進課

主査 **加藤 貴子 氏**



～クラブ活動～ 13:00～14:30



書道クラブ

講師：工藤 ひろ子 先生



リフレッシュクラブ

講師：山口 イチ 先生



カラオケクラブ

世話人：石山 嘉久 氏

参加される方は、
①筆(大・小)②文鎮③硯④墨⑤
下敷き⑥雑巾⑦半紙(4つ切10
枚程度)⑧新聞紙(5枚程度)を
ご用意ください。

筋肉のストレッチや綺麗な背
筋を保つための軽体操のほか、
天気の良い日には外へ出て近
くの公園の散策なども行いま
す。※運動靴をご用意ください。

カラオケをみんなで歌っ
て楽しみましょう。

お問合せ・お申込み先

函館市教育委員会生涯学習部

恵山教育事務所 ☎ 85-2222

楳法華教育事務所 ☎ 86-2451