

第4期恵山・楳法華いきいき学園

～令和7年度 第6回講座～ テーマ:ミニ健康講座+クリスマス会

開催日時 令和7年12月16日(火) 10:30～14:30

開催場所 函館市楳法華総合センター(新浜町156-1)

Merry Christmas



～ ミニ健康講座 10:35～11:10 ～

『講話と認知症予防の軽運動』

講師:保健福祉部高齢福祉課
主査 二木直美 氏

健康で楽しい毎日を送るために、
認知症予防について楽しく学びます



～ クリスマス会 11:10～11:40 ～

お菓子を食べながら
トランプをしたり
おしゃべりしたり
わいわいがやがや
楽しく過ごします



～ 修了式 11:40～12:00 ～

4回以上出席した方に
修了証書を授与
6回すべての回に
出席された方には
皆勤賞を授与します



～ ステージ発表 13:00～13:30 ～

えさん小学校と楳法華小学校の
児童によるステージ発表のプレゼント
何を披露してくれるかは
お・た・の・し・み💕



～ クラブ活動 13:30～14:30 ～



書道クラブ

講師:工藤 ひろ子 先生

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。



リフレッシュクラブ

講師:山口 イチ 先生

軽体操やモルックのほか、天気の良い日には近くの公園の散策なども行います。動きやすい服装と運動靴でご参加ください。



カラオケクラブ

世話人:石山 嘉久 氏

みんなでカラオケを歌って、聴いて楽しめます。
歌いたい方はもちろん、聴くだけでのご参加も大歓迎です。

講座, クラブ活動ともに**参加無料**です。※申込み締切12/10(水)まで

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

楳法華教育事務所

☎ 85-2222

☎ 86-2451