

原市シニア学級

今後の人生を心身ともにより良く過ごすための連続講座

- 日時： 令和6年5月9日～5月30日（毎週木曜日）全4回
午前10時～11時30分 ※6/27のみ12時00分まで
- 場所： 原市公民館 講座室、集会室兼体育室
- 対象： 市内在住の60歳以上の人 定員 30人
- 申込： 4/3（水）から公民館へ電話またはメールで（先着順）
※メール申込みは
①シニア学級 ②住所 ③氏名(フリガナ) ④年齢 ⑤電話番号を入力

良くわかる終活セミナー ～今をより良く生きる～
一日目:令和6年5月9日(木) 10時～11時30分
エンディングノートの活用法、相続などについて

二日目:令和6年5月16日(木) 10時～11時30分
お墓・家のこと、資産等の生前整理、今後の生活設計などについて

楽しく食べて健康に！
5月23日(木) 10時～11時30分
健康長寿のために、シニア世代に必要な
栄養を上手に摂るポイントを学びます。

映画鑑賞
5月30日(木) 10時～12時
「雨に唄えば」

申込み 原市公民館 362-0021 上尾市原市3499 048-721-4948

メール：s723300@city.ageo.lg.jp