

2022年度

黒部市生活訓練事業のお知らせ ☆6月～10月☆

教室名	開催日	会場	時間	内容	持ち物
エアロビクス 教室	6月20日(月) 8月1日(月)	黒部市国際文化センター コーレ リハーサル室	14:45～15:45	音楽に合わせて体を動かし、運動不足 の解消やリフレッシュを図ります。	タオル
音楽教室	7月11日(月) 9月26日(月)	石田交流プラザ 大会議室	13:00～14:00	歌を歌ったり楽器を鳴らしたりして音 楽を楽しみます♪	
クレイクラフト 教室	7月21日(木)	石田交流プラザ 大会議室	13:00～15:00	柔らかく優しい感触のクレイ（粘土） を使って簡単な作品作りをします。	
チャレンジ クッキング	10月18日(火)	石田交流プラザ 調理室	9:30～12:30	簡単な料理を少グループで作ります。 出来上がった料理はお弁当箱に詰め、 持ち帰ります。	エプロン 三角布 ハンカチ
栄養教室	8月25日(木)	石田交流プラザ 大会議室	14:45～15:45	毎日の食生活について、栄養士さんよ りお話をしてもらいます。	筆記用具

★参加を希望される教室がありましたら、**教室開催予定日の1週間前までに**電話にてお申込みください。

★教室に参加される時は、開始時間に遅れないようお願いいたします。

★新型コロナウイルス感染拡大防止のため、状況によっては教室の開催を中止する場合があります。

お申込み・お問い合わせ先 **せせらぎハウス黒部** **TEL(0765)52-4855**