

2023年度

# 黒部市生活訓練事業のお知らせ ☆7月~10月☆

教室名	開催日	会場	時間	内容	持ち物
スロー エアロビクス 教室	8月4日(金)	黒部市総合体育センター サブアリーナ	14:45~15:45	ゆっくりとした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。 *今年度は講師の先生が変更になります。	タオル
音楽教室	7月10日(月) 9月25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♪	
栄養教室	10月19日 (木)	石田交流プラザ 会議室1	14:45~15:45	今年度は『おやつ』をテーマに栄養士さんよりお話をしてもらいます。 試食のお楽しみがある予定です♡	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**