

極める

大人シリーズ

極める大人の チャレンジ講座

8月から「極める大人シリーズ」として6回の講座を開催します！
健康や生きがい、趣味を極め、充実したこれからを過ごすきっかけと
して、さまざまな講座にチャレンジしてみませんか？

第1回

8.26
[土]

13:30～14:30

参加費無料

終活講座 人生会議 ～大切な人にあなたの想いを伝えよう～

講師 江南市社会福祉協議会指定居宅介護支援事業所 介護支援専門員 田中孝治さん
扶桑町社会福祉協議会指定居宅介護支援事業所 介護支援専門員 北野和子さん
定員 40名 場所 健康文化センター1階 多目的室



第2回

9.2
[土]

10:00～11:30

参加費無料

身体を整えて若返ろう！

講師 世界整膚連盟整膚博士 江口みさきさん
定員 20名
場所 健康文化センター1階 多目的室



第3回

10.14
[土]

10:00～11:30

参加費無料

人生100年時代の終活 ～相続と遺言のはなし～

講師 石原事務所 司法書士・行政書士 石原隆次さん
定員 30名
場所 健康文化センター1階 多目的室



第4回

12.13
[水]

10:00～11:30

参加費無料

リバースエイジングヨガ ～ストレッチヨガで若返ろう～

講師 ヨガインストラクター・ファスティング講師 兼田美佳さん
定員 20名
場所 健康文化センター4階 和室2・3



第5回

1月頃

目のはなし

参加費
無料

講師 NPO 法人愛知視覚障害者
援護促進協議会



第6回

2月頃

アロマテラピー
でリフレッシュ

参加費
あり

講師 NPO 法人ウィル大口
スポーツクラブ

