

その回ごとの申込が必要です

しょうふく サロン笑福



公民館でサロンを開催しています。前半は、皆さんに楽しんでいただける内容を企画しています。後半はおしゃべりの時間をお楽しみください。

2月14日(土) 10:00~11:30

◆10:00~11:00頃

『健康体操で体を温めよう！』



講 師：福田公民館クラブ講座「健康体操」

講師 片山 敦子 氏

◆11:00~11:30 コーヒータイム

地域の方々や、傾聴ボランティア「福のみみ」のメンバーと、コーヒーを飲みながらおしゃべりをお楽しみください。



【対象】おおむね60歳以上の方

【参加費】無料

【持ち物】筆記用具・お茶（水分補給用）※運動しやすい服装でご参加ください。

【会場】福田公民館 2階 講座室

【申込み】1月10日(土) 9:30以降に、電話又は窓口でお申し込みください。

傾聴ボランティアグループ「福のみみ」とは？

平成23年から平成27年まで福田公民館で「傾聴ボランティア養成講座」を受講した人たちのボランティアグループです。地域の高齢者施設を訪問して高齢者のお話を聞く活動をしています。

【お問い合わせ・申込み先】

岡山市立福田公民館 電話 (086)282-3773

〒701-0203 岡山市南区古新田 1186

休館日 水曜日、祝日

開館時間 月、火、木、金、土曜日 … 9:30~21:00 日曜日 … 9:30~17:00

