

令和8年度 高齢者教室

回	講義の様子	講義名/講師名(敬称略)
1		絵解き「二河白道」 養寿寺住職 畔柳 優世
2		今日からできる防災 ～災害時のトイレ～ (NPO法人)コミュニティサ ポーターほっぷ 理事 小西 清和
3		いっしょに歌って、 楽しく♪元気に♪ シンガーソングライター 杉浦 美和
4		あたまからだ 元気体操 健康運動指導士 高橋 千恵子