



回	開催日(水曜)	内容	詳細	サークル活動
1	5月24日 第1回	開講式 ～楽しく歌って 明日も元気～	講師：音楽療法士 尾木八重子 さん サロンオープン！🎵	なし
2	6月21日 第2回 (館外研修)	～身近な花々をたずねて 出掛けよう！～ 	バスで出かけよう！ 行先：草津市立水生植物公園 9:00 集合 14:00 解散(予定)	なし
3	7月26日 第3回	～あら！不思議 笑ってわくわく マジックタイム～	講師：中嶋勝治 さん 助手：八重 さん	◆脳トレ ◆川柳
	8月20日 (日曜) 18時～20時	ミニ納涼まつり センター駐車場	対象： やすらぎ学級生とやすらぎ準会員 ※準会員は別途募集(20名程度) 模擬店と演奏会 実施予定	
4	9月27日 第4回 (公開講座)	京都・近江の文化と 歴史講座 ～京の今昔～	お話：野津 隆 さん 志津南「史跡探訪講座」講師	◆脳トレ ◆川柳
5	10月25日 第5回 (館外研修)	湖東の紅葉を訪ねて 	バスで出かけよう！ 行先(予定)：永源寺温泉八風の湯	なし
6	11月15日 第6回	コグニサイズ (脳トレ学習)	お話：草津市長寿いきがい課 出前講座 フレイルってなに？ 「健康長寿の秘訣」	◆脳トレ ◆川柳
7	12月20日 第7回	クリスマスコンサート (小さな茶話会)	演奏：ヘルマンハーブアンサンブル 「リンデンバウム」 美しい音色に酔いしれましょう♪	なし
8	1月31日 第8回 (公開講座)	介護予防体操	指導：ケア体操「あおばな」 介護予防体操(腰痛・膝痛・転倒予防)、 脳トレ体操、認知症予防の唄	◆脳トレ ◆川柳
9	2月21日 第9回	交通安全講習会	指導：草津栗東交通安全協会志津南支部 自分を守るために役立つ交通安全の ポイントを楽しく学びましょう。	◆脳トレ ◆川柳
10	3月27日 第10回	閉講式	詳細は未定	なし

※止むを得ず日程や内容を変更する場合があります。