

令和7年度 まなびあむ いきいきセミナー

『楽しく学んで、いきいき健康生活！』

「まなびあむ いきいきセミナー」は、主に高齢者の皆さんが、見聞を広めながら
交流と親睦を深めていただくことを目的に実施しています。

回	実施日時	内容・講師
1	6月5日(木) 13:30~	相続講座 ※ 血管年齢測定あります 「私と家族の『そうぞく』講座」 明治安田生命保険「MY 定期講座」
2	7月3日(木) 13:30~	住職講話 「山寺和尚の健康法話」 金剛院住職 松尾 義空氏
3	7月31日(木) 13:30~	生活講座 「いま、どう生きるか」 舞鶴共済病院がん性疼痛看護認定看護師 松岡 美和氏 他1名
4	8月29日(金) 13:30~	歴史講座 「内容未定」 舞鶴地方史研究会会長 廣瀬 邦彦氏
5	9月11日(木) 13:30~	マネー講座 「キャッシュレス決裁って何だろう？」 近畿財務局京都財務事務所 舞鶴出張所
6	10月2日(木) 13:30~	音楽講座 「いきいき楽しく歌いましょう」 療育音楽指導員 櫻井 みどり氏 音楽療法士 須貝 早智氏
7	10月30日(木) 13:30~	健康講座 「内容未定」 舞鶴市高齢者支援課 保健師
8	11月27日(木) 13:30~	体操講座 「みんなで楽しく健康いきいき体操」 健康づくりお助け隊 チームファイン代表 金井 和枝氏

※ それぞれの講座は日程などが変更になることがあります。

人数に限りがありますので、参加希望者は、
お電話でお申し込みください。

《お問合せ・お申込み先》

舞鶴市多世代交流施設まなびあむ (Tel.64-4060)

