

劇場への招待

第67回映画鑑賞会

『眠狂四郎 円月斬り』

7月30日(火) 13:00~15:00

【参加費】 無料 【定員】 60名(当日先着)

1969年、大映製作。柴田錬三郎の原作を「狂四郎勝負」の星川清司が脚色、「座頭市喧嘩旅」の安田公義が監督をした大映眠狂四郎シリーズの3作目。

監督 安田公義 出演 市川雷蔵 浜田ゆう子 東京子



健康・生きがい・仲間づくりで脳活を!

なごみの広場

7月11日(木) 10:00~11:30

◆熱中症予防について!

岡津地域ケアプラザ

◆リコーダー演奏

はな




【参加費】 100円(コーヒー・お茶代) 

*美味しいコーヒーを飲むだけでもOK!
どなたでもお気軽にご参加いただけます。
マイカップをお持ち下さい。

日曜日は、楽しく筋力アップ!

 14:15~15:30

日曜日の午後
体を音楽にのせて、ゆっくり動かしながら、
リラックス&トレーニングしませんか?
認知機能もアップさせます!
気軽にお申込みください

-  7/7 リズム体操とストレッチ
-  7/14 コア・コンディショニング
-  7/28 筋力!脳力!アップ体操

【参加費】 100円(保険料) 【定員】 30名(多数抽選)
【申込】 各前日16時まで 電話または受付へ



歌声ひろば

7月29日(月) 13:00~15:00

懐かしい歌、青春の歌をみんなで歌いましょう♪
お腹から声を出して、あの頃、あの時の楽しい
思い出がよみがえります。
素敵な時間を一緒に



【参加費】 無料
【定員】 60人(当日先着)

心安らかに般若心経を写す

7月7日、14日、28日(日)
9:00~12:00 無料

- *先着15名(当日先着)
- *筆ペンをご持参ください



*どなたでもご参加いただけます。

座ってできるズンバ®ゴールド

※開始時間が変わります!

ZUMBA!



7月19日(金)
10:30~11:30

椅子に座って、笑顔で楽しみながら身体を動かせます。

【定員】27名 【参加費】100円(保険料)
【申込】7/1(月)~7/16(火)
*電話または窓口へ *多数抽選