

平井すずらん交流会 平成30年度の予定

原則第3火曜日 10時～12時

会場：東山公民館

Tel. 276-6202

参加費無料、どなたでもお気軽にご参加下さい。

5月1日 春の旅（ホテルの送迎バスを利用。会費¥4,000）

渋川にある「ダイヤモンド瀬戸内マリンホテル」で、豪華な昼食と温泉・水族館を楽しめます。100mの長い藤棚の藤が満開になっていることが期待できます。

5月15日 特殊詐欺に ご用心！

講師：警察生活安全課の方

テレビや新聞でも報道されている最近の悪質な詐欺の実例を紹介してもらいます。

6月19日 医学講座「誤嚥性肺炎」

講師：旭東病院の医師、又は口腔ケア担当者の方を予定

高齢者にとって怖い誤嚥性肺炎の予防法についての説明を受けます。

7月13日 健康フェア

健康フェアは第2金曜日開催です！

共催：山陽学園大学 看護学科

健康づくりを看護学生さんと一緒に考えてみませんか。



7月17日 ユニバーサルスポーツ体験（7月2回目の会）

講師：桃ぼーいず（ネパールとマレーシアの青年海外協力隊OB2人組）

誰でも楽しめる「風船バレー」などを体験し、「アジアの風」も感じてみませんか。

8月はお休みです

9月18日 老後“貯筋”計画（昨年に続き2回目の講演）

メタボ・ロコモ・アルツ予防生き生き健康ライフ

講師：吉田 俊明さん（レイスportクラブ岡山健康増進推進室 室長）

老後を元気に過ごすためには、生き生きとした生活のヒントを学びましょう。

裏面へ続く

10月16日 平井連合町内会 HP(ホームページ)紹介

平井連合町内会のHP(ホームページ)の紹介をします。HP作成の主要メンバーである、亀山さん・森さん・坂口さんが、取材の苦労話や裏話を紹介します。

11月20日 時事問題解説

講師：山陽新聞社 論説委員

目まぐるしく変わる国内外の諸問題について、日々の取材で入手した最新の時事問題を解説していただき、我々に身近な対応策を学びましょう。

12月15日(土) 11時～ ジャズバンドで懐かしの名曲を

※オレンジカフェひらいと合同開催です。

講師：TAKE 5 ve (旭川荘職員とOBによるバンド)

60年代のヒット曲から往年のグループサウンズ、フォークソングなどで盛り上がりましょう。今回で3回目の開催となります。

1月はお休みです

2月19日 料理教室「パン作り」

講師：上高(うえこう)由紀子さん

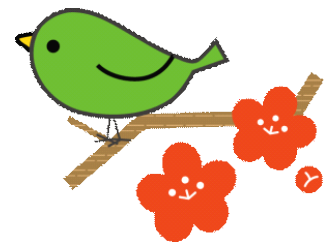
経験豊富な講師から、みんなで楽しく自家製パン作りを学びましょう。



3月19日 岡山のええとこ情報

講師：青山 融さん(岡山弁協会 会長)

岡山県も県内各市も、岡山の魅力をアピールして国内外の観光客を誘致するため様々な施策を講じています。岡山のタウン情報誌の編集長を経験した講師と、地元岡山の歴史・文化・観光地・グルメ等ええとこ情報の意見交換をしましょう。



※7月の健康フェアは金曜日、12月は土曜日開催ですので、ご注意ください。

※都合によりテーマや講師が変更になる場合があります。ご了承下さい。