

百歳体操

毎週木曜日 大会議室
10:00~
申込不要

ミニリサイクル会

第3月曜日~2週間 1階事務所前
不要となったりサイクル可能な物をお持寄り
ください

運動の日

第1・3金曜日 大会議室
10:00~
申込不要
卓球、健康バンド、ポッチャ など

夕べのコンサート

6月と12月の土曜日各1回 大会議室 申込**要**
参加費:500円/1回
日程や内容は情報紙、公式LINEアカウントで
お知らせ

リズム体操

第4火曜日 大会議室
10:00~
申込不要
受講料:300円/1回
講師:嘉悦 和子先生

かがやき学級

第4水曜日 大会議室 申込**要**
受講料:2,500円/年
対象は草津市在住、在勤60歳以上の方
「館外研修」、「修了の集い」は別途参加費が必要

ノルディックウォーキング

原則として第1・3月曜日
10:00~
申込不要
de 愛ひろばを歩きます

いきいき健幸講座

年2回(前期・後期)
講演、運動、調理実習の3回連続講座
申込**要**
受講料:1期(3講座)につき1,000円

スマホ相談会

第2土曜日
13:30~15:00
申込不要
中学生講師がスマホやパソコンなど、
個々の相談に対応してくれます

café de おおじ

火曜日(月1~2回) 大会議室
13:30~15:30
申込不要
コーヒー(ちょこっとお菓子付き) 100円
各種イベントも開催