

**令和４年度**

**『レクリエーション講座』**

地域で世話役として活動されている方、または、これから活動を始めようと思っている方を対象に、

コロナ禍でも活用できるレクリエーションをご紹介いたします。皆様のご参加をお待ちしています！

**★日程/内容/講師等について**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 日にち | 時間 | 内容／講師 | 定員 | 場所 |
| ７/４　(月) | 10：00～11：３０ | ◆チェアヨガや歌リズム・歌体操をやってみよう！　〖講師〗みのかや運動処よらいや　　　　NESTAパーソナルフィットネストレーナー　　大島雅子さん定員に達したため、受付を終了させていただきました | ３０人 | 米子市公会堂集会室 |
| ９/１２　(月) | ◆脳トレで、脳も心も活性化！　　〖講師〗福祉レク・ネットワーク鳥取　　　　　　　　　代表　玉木純一さん | ５０人 |
| 11/７(月) | ◆チェアヨガや歌リズム・歌体操をやってみよう！　〖講師〗みのかや運動処よらいやNESTAパーソナルフィットネストレーナー　　大島雅子さん | ３０人 |
| １/１６（月） | ◆工作～身近なもので作ってみよう！遊んでみよう！～〖講師〗おもちゃ工房 とんぼ舎 伊達孝禮さん | ２０人 | ふれあいの里　２階 |



【申込み】（先着順）電話またはファクシミリで、氏名・年齢・住所・電話番号を下記へお伝えください。

【参加費】無料

【対象】市内に在住・在学・在勤の方で興味のある方ならどなたでもご参加いただけます。

【主催/問合せ】米子市社会福祉協議会米子市ボランティアセンター（休館日：水曜）

米子市錦町１-１３９‐３米子市福祉保健総合センター「ふれあいの里」２階

☎　０８５９-２３-５４５５　/　Fax　0859-37-3855（担当：原、定常）

＊手話・要約筆記が必要な方は申込み時にお伝えください。

＊新型コロナウイルス感染症の発生状況により、止むを得ず中止とさせていただく場合がありますので

ご了承ください。

【駐車場】公会堂に約３０台程度無料／ひまわり駐車場（角盤町１丁目、やよい跡）、YEASTYPLACE：

イースティープレイス（富士見町２丁目１２８－１、旧える・もーるP）１時間無料処理／その他公会堂

近辺の有料駐車場にお停めの際は、各自ご負担くださいますよう、よろしくお願いいたします。

**★定員/申込等について**





動きやすい服装でご参加ください。

また体調不良の場合は、ご参加をお控えください。

**★参加申込書（Fax用）**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 参加者氏名 | 年齢 | 住所 | 電話番号 | 講座申込(お一人様２講座までお申込みいただけます） |
|  |  |  |  | ７/　４　・　９/１２ |
| 11/７　・　１/１６ |
|  |  |  |  | ７/　４　・　９/12 |
| 11/7　・　１/１６ |