

参加者 募集

【健康講座 No.1】

人生100年時代と進化的ミスマッチ病

5/13 (月) 14:00~15:00 ※受付 13:45 から

埼玉石心会病院が共催する「みんなの健康塾」の出張講座です

今回は、リハビリテーション科部長 白石 哲也先生に講演していただきます。この機会に、いつまでも「健康で長生きをする」ための秘訣、「人間の本当の寿命」、「進化的ミスマッチ病」を学び、中・老年期の正しい脳の使い方を学びませんか？

参加申し込み

- 会場/水富公民館 ホール
- 対象/成人一般
- 参加費/無料
- 定員/60名(先着順)
- 申し込み受付/4月18日(木)~5月10日(金)
祝日を除く9:00~17:00まで ※電話で受け付け可能です



大人気講演



水富公民館を楽しもう！5月の講座はこれだ！

問合せ先：水富公民館 電話：2954-4730

参加者 募集

【熟年楽校 No.1】

学生気分で学校給食を食べに行こう！

5/17 (金) 9:00 公民館集合

狭山市の学校給食に込める食への思いを学び、今の子供たちと同様に、学校給食を食べてみよう。当日の献立はまだわかりません。

行き帰りは、水富公民館から入間川学校給食センターまでのウォーキングを楽しみ、春を満喫しましょう。

参加申し込み

- 申し込み受付/4月18日(木)~4月25日(木)に水富公民館窓口へ
- 対象/概ね60歳以上の方
- 定員/20名(先着順)
※先着順6名は配膳もお願いします
- 参加費用/申込時に300円(給食代)
- 集合場所/水富公民館 入口エントランス
- 持ち物/箸、うわばき、往復路用の水筒、
※配膳をお願いする6名の方は、エプロン、三角巾もお願いします
- 注意事項：食物アレルギーへの対応はできません



写真はイメージです

