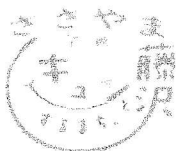


2026年度「ささやま学級」年間日程表



* 諸事情により日程等が変更になる場合があります。

* 参加は無料です。

開催日	曜日	時間	演題 (予定)
2026年4月23日	木	13:30 ~ 15:00	ニッショウ 健康体操
5月12日	火	14:00 ~ 15:30	みんなで歌う会 (コッキーズ)
6月19日	金	10:30 ~ 13:00	引地川親水公園ウォーキング (軽食付)
7月12日	日	13:00 ~ 15:00	フォークフレンズ コンサート
8月			<<夏休み>>
9月18日	金	10:00 ~ 11:30	ニッショウ 健康体操
10月22日	木	13:30 ~ 15:00	落語 (やすらぎ落語塾)
11月29日	日	13:00 ~ 15:00	フォークフレンズ コンサート
2027年1月29日	金	13:30 ~ 15:30	レコード鑑賞会
2月23日	火	10:00 ~ 15:00	趣味の創作品展示会
3月19日	金	10:00 ~ 11:30	フレイル予防健康体操

「ささやま学級」はシニアの体力維持と認知症やフレイルの予防を目指して活動しています。

その活動を通じて、色々な知識を取得し、地域の仲間の輪を広げる事で、“きょういく”(今日行く所がある)と“きょうよう”(今日用事がある)を身に着けることを目的にしています。

現在、「ささやま学級」の運営参加者を<大募集>中です!!

活動にご興味のある方は17班 高橋 (☎090-8720-8741) または15班 宮坂 (☎0466-88-6340) までお問合せください。