

老いはみんなに訪れるけど、成長は望む人にしか訪れない
前期の講座やクラブ活動を参観し、とが山学園の皆様の学ぶ姿勢や仲間との
交流を楽しまれ、心豊かに日々を過ごされていることに感心しています。(園長)

1 本日の予定

- (1) 10時～11時30分 「兵庫県政と但馬の課題」
兵庫県議会議員 藤田 孝夫 先生
- (2) 13時～14時30分
「笑顔でホルモン操作&簡単体操でメンタルを整える」
(株)スマイルソワカ代表 田中 宏枝 先生

2 行事報告

- (1) 早朝作業 7月28日(木) 学園舎南のツゲ垣と入口樹木の剪定を執行部と園使用のクラブの代表者とで行いました。
- (2) 盆踊り大会 (8月4日) は、新型コロナウイルス感染が拡大したため中止しました。

3 連絡事項

- (1) ふれあい運動会について
10月20日(木) 午後のふれあい運動会は、水上初美先生に「初心者向けの太極拳入門」をご指導いただきます。上履き・運動しやすい服装・水分をお持ちの上 ご参加ください。なお、令和5年2月2日(木) 午後の「太極拳での健康づくり」は養父市の「デジタルツールを活用してコミュニティの維持」を開催します。
- (2) 令和5年度とが山学園講座に関するご要望のアンケートを実施します。
- (3) 健康ひょうご21 県民運動推進フォーラムで紹介があった『インターバル速歩』のプリントを配布。一度お試してください。信州大学医学部特任教授 能勢博 氏
- (4) 講座当日、養父市に午前7時に「気象警報」が発令中の場合、休講にします。

4 次回の講座について

- | | |
|--|--|
| 9月15日(木) 八鹿体育館にて | |
| (1) 10時～11時30分 「高齢者の法律問題」
神戸地方法務局豊岡支局長 小松 由幸 先生 | |
| (2) 13時～14時30分
「懐メロエクササイズ! あの名曲で楽しくちょいトレ」
JDAC ダンス教育指導士 藤原 真紀 先生 | |

(裏面あり)