

常岡一郎 (日本の政治家、昭和25年から2期参議院議員)

「人間の心は腐りやすい」その心を清潔、新鮮に保っていくために何が必要か。  
よき人、よき教え、よき言葉に出会うことが絶対に不可欠である。

### 1 本日の講座

- (1) 10時～11時30分 健康長寿を目指して  
オーラルフレイル～「あいうべ」でいきいきライフいつまでも～  
香美町国保小代診療所歯科 上田 通明 先生
- (2) 13時～14時30分  
最後まで自分の足で歩くための健康づくり  
ダンス講師 フィジカルトレーナー 齋藤ゆうこ 先生

### 2 報告事項

令和5年度末をもって修業される方は、2月末まで手続きをお願いします。

### 3 連絡事項

- (1) 能登半島地震の義援金報告  
1月11日(木)・18日(木)の講座日をお願いした義援金が、27,488円集まり、  
市社会福祉課にお渡ししました。ご協力ありがとうございました。
- (2) 運営員委員会及びクラブ役員合同委員会 2月22日(木) 11:00～ 但馬楽座
- (3) 第4回ともがき編集委員会 2月5日(月) 9:30～ とが山学園
- (4) 執行委員会 2月13日(火) 9:30～ とが山学園
- (5) 下記期日は、公立高校入試で但馬農業高校立ち入り禁止のため、とが山学園舎に  
立ち入ることができません。  
2月15日(木) 公立高校推薦入試日  
3月11日(月)・12日(火) 公立高校一般入試日
- (6) とが山学園 修了式 3月7日(木) 10:00～ 八鹿体育館  
ともがき54集配布 ※会場準備 8:50集合 役員全員・地域委員

### 4 次回の講座について 2月15(木) 八鹿体育館にて

※ 会場準備は、八鹿下地域 八木・高柳地域 大屋地域です。

- (1) 10時～11時30分 とが山学園の1年を振り返って  
とが山学園長 森田 良典
- (2) 13時～14時30分 知って得する栄養の話  
市健康医療課 寺田 美恵

(裏面 有り)