

令和4年度 高橋交流館事業

共催：高橋地区高齢者クラブ連合会

生きがい探しや、仲間  
づくりをして、楽しく学び、  
交流しましょう！

# 高橋シニア倶楽部

日程：6月30日、9月15日、11月17日、1月19日

※7月21日、8月18日は、高連主催(交流館後援) 全6回

時間：13:30～15:30 (すべて木曜日)

場所：高橋交流館 多目的ホール

対象：高橋地区在住の65歳以上の方

定員：40人

参加費：100円(全4回分) ※初回に集めます。

持ち物：飲み物、タオル(毎回)、動きやすい服装

※5回目のみ筆ペンが必要(お持ちの方はご持参ください)

申込み：6月4日(土)10時～

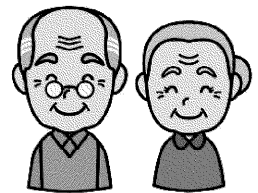
※参加申込書を提出ください！電話でも受付できます。

問合せ：高橋交流館 ☎88-4887

12:30～13:20

※毎回「かんたん健康チェック」があります。ご希望の方は  
ご自由にどうぞ！

「市役所未来都市推進課、中部電力  
”ずっと元気プロジェクト“  
高連主催」



※詳しい内容は、裏面を見てください！

## 令和4年度「高橋シニア倶楽部」参加申込書

氏名	ふりがな	性別	生年月日	大昭 年 月 日 ( 歳)
		男・女		
住所 (町名から)	〒	電話番号 (携帯番号)	-	-
緊急連絡先 (ご関係も)	氏 名： 連絡先電話番号：	ご関係：		

第1回 6月30日(木)13:30~15:30

🌸開講式

🌸健康体操

講師：高橋地区ヘルスサポートリーダー

🌸大人の読み語り

講師：こども図書室ボランティア

🌸音楽鑑賞（津軽三味線）

講師：津軽 SMT



高連主催

第2回 7月21日(木)13:30~15:30

🌸健康体操

講師：高橋地区ヘルスサポートリーダー

🌸健康チェック、ボードゲーム  
健康体操&発声教室



講師：市役所未来都市推進課、中部電力、JTB  
コミュニケーションデザイン、プラネット豊田  
豊田市官民連携介護予防  
「ずっと元気!プロジェクト」より

高連主催

第3回 8月18日(木)13:30~15:30

🌸健康体操

講師：高橋地区ヘルスサポートリーダー



🌸移動消費生活講座「落語を楽しむ」

講師：豊田消費生活センター

第4回 9月15日(木)13:30~15:30

🌸健康体操

講師：高橋地区ヘルスサポートリーダー

🌸フレイルの予防(介護予防)と実践

講師：明治安田生命保険相互会社



第5回 11月17(木)13:30~15:30

🌸健康体操

講師：高橋地区ヘルスサポートリーダー

🌸己書で年賀状

講師：黒柳 恵氏(己書講師)



第6回 1月19日(木) 13:30~15:30

🌸腹話術、マジック、手遊び

講師：腹話術につっここ



🌸一緒に歌おう!

講師：うたごえパレット

🌸閉講式

毎回 12:30~13:20

「かんたん健康チェック」があります。  
ご希望の方はご自由にどうぞ!

「市役所未来都市推進課、中部電力、  
“ずっと元気!プロジェクト”

高連主催」

※コロナウィルス感染拡大により、事業の中止または延期もあります。ご了承ください。

※参加される方は、検温、体調チェック、手指消毒、マスク着用の上、ご参加ください。

