2026年12月　北地区文化センター

いきいき講座



★★3回連続講座★★

第１回:12月　1日（火）13:30～15:00

第２回:12月　8日（火）13:30～15:00

第３回:12月15日（火）13:30～15:00

場　所:北地区文化センター　講座室

対　象:どなたでも　　定　員:　25名（先着順）

内　容:第１回「人生ノート」をいっしょに書き始めてみましょう

講師　座間市社会福祉協議会職員　※　人生ノートはこちらでご用意します。

第2回　本から人生を語る　読書の楽しみ

講師　座間市立北地区文化センター職員

第3回　動いて気付く　カラダ再発見教室

講師　座間市リハビリテーション専門職連絡会
老健さがみ　相模台病院訪問看護ステーション　理学療法士

申　込:　11月27日（金）までに市 LINE 公式アカウント、
電話または直接窓口へ



ざまりん

ライン申込 QR

問い合わせ

座間市立北地区文化センター　　座間市相模が丘５丁目 30 番４号

電　話　042－747－3361　　※休館日（月曜日　祝日）を除く