

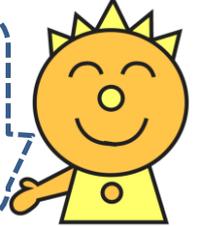
令和7年度

# はつらつセミナー

南陽生涯学習センター（豊橋市草間町字平東89）TEL 48-6576

- 対象 概ね60歳以上の方
- 受講料 無料 ●定員 60名
- お車での参加はご遠慮下さい。

◎申し込み締切り **5月8日(木)**  
応募多数の場合抽選になります。  
※都合により内容など変更する場合があります。



第1回

5月29日(木)

午前10:00~11:30

健康知識と保険の考え方

愛知県共済職員

第5回

6月26日(木)

午前10:00~11:30

笑顔を運ぶ「遺言」のお話し

明治安田生命職員

第2回

6月5日(木)

午前10:00~11:30

ウクレレの調べを愉しもう♪

ウクレレアンサンブルオリオリ5

第6回

7月3日(木)

午前10:00~11:30

脳活イキイキ体操

脳と身体に栄養を!

あいち介護予防リターナー 大須賀直恵

第3回

6月12日(木)

午前10:00~11:30

良い睡眠とれていますか?

ちょっとした工夫で睡眠満足度アップ!

明治安田生命職員

第7回

7月10日(木)

午前10:00~11:30

食中毒

東三河ヤクルト販売(株) 小原真由美

第4回

6月19日(木)

午前10:00~11:30

音楽のたまてばこ

音楽療法士 濱島須美子  
ピアノ講師 永井夕貴

第8回

9月11日(木)

午前10:00~11:30

南海トラフ地震は必ず来る

江戸時代の天災と吉田城下町の災害

歴史探訪の豊橋教室

主宰 中野豊光