

まちなか保健室田町館 **こころの健康事業** (令和7年7・8・9月分)

楽しいことはこころの健康だよ～ネ！ いろんな企画が目白押し！ 基本無料

ラジオ体操方言バージョンも開催

申込み 080-8096-9918

日曜日 11:00～12:30

(特に限定数・参加費のあるものは、必ず1週間前までに

平日・土曜日 10:30～12:00

上記にお申し込みください)

月	日	曜日	タイトル	仕掛人	内容
7	6	日	整体	田谷 勉	限定6人 来た順 整体師取得者による無料体験
	8	火	将棋	そらまめの皆さん	将棋好きの方集まって～。時には得意の川柳なども
	12	土	スマホ相談会	高校・大学生たち	限定10人出来ないところ若者に聞いちゃおう。
	13	日	現代版浴衣の着方	安藤スミ子	スニーカー、帽子、ベルトOK! 自由な発想を提案。
	20	日	ふまねっと	菅谷 光子他	名の如く、ネットを踏まないようにする運動。
	22	火	紙工作	中里 奈穂美他	季節に合わせた紙工作。指先動かし頭のリハビリ。
	27	日	尺八と笛の演奏会	高野勉・田村直美	虚無僧姿の尺八と益子焼自作のリコーダーの演奏
8	3	日	整体	田谷 勉	限定6人 来た順 整体師取得者による無料体験
	10	日	歌声喫茶	一木 初枝	キーボードに合わせて、皆で歌おう。昭和の歌を！
	12	火	新聞バック	そらまめの皆さん	難しいけど、ちょっとおしゃれで、便利！
	17	日	金治郎の家族観②	高松 由紀子	前回話し切れなかった話を…、滅多に聞けないよ。
	24	日	健康マージャン	寺崎 聖	限定16人 人気の賭けないマージャン！楽しもう
	26	火	紙工作	中里 奈穂美他	季節に合わせた紙工作。指先動かし頭のリハビリ。
	31	日	講談とギター漫談	岸 勇次・田辺智行	講談と漫談どう違う？お話の巧みさをお楽しみに
9	7	日	整体	田谷 勉	限定6人 来た順 整体師取得者による無料体験
	9	火	将棋	そらまめの皆さん	将棋好きの方集まって～。時には得意の川柳なども。
	13	土	スマホ相談会	高校・大学生たち	限定10人出来ないところ若者に聞いちゃおう。
	14	日	自転車乗の講習会	真岡警察署	手軽な自転車だけど、ルールを守って安全走行。
	21	日	ギターライブ	塚本進と仲間達	素敵な音楽とトークも楽しみ！
	23	火	紙工作	中里 奈穂美他	季節に合わせた紙工作。指先動かし頭のリハビリ。
	28	日	髪おい縫い	小池けい子	真岡木綿踊りの手拭を髪おいに。手ぶらでどうぞ。

※ その他、市健康増進課が企画する講座も沢山あります。市の窓口にお申込み下さい。

