



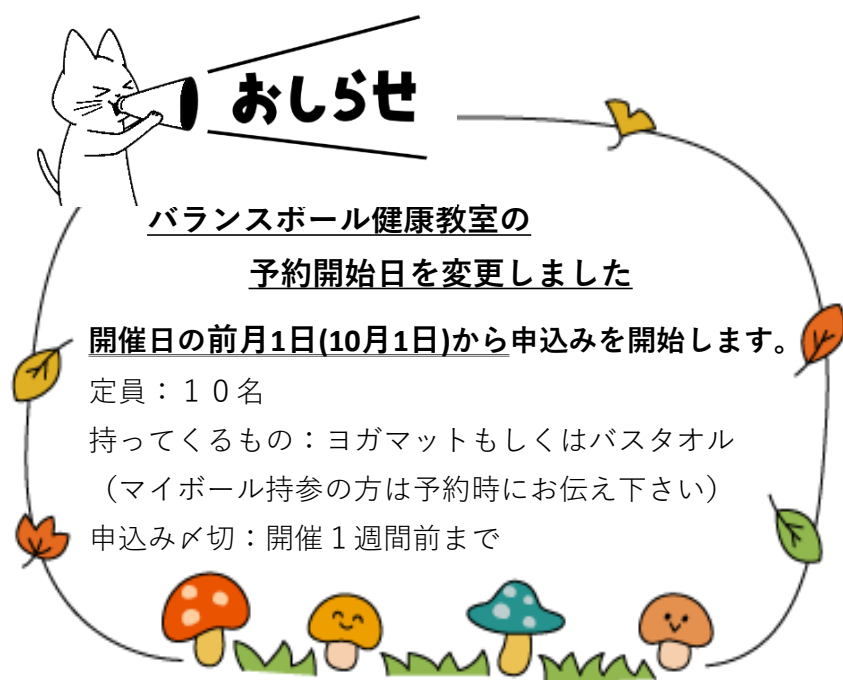
11月イベントカレンダー

日	曜日	時 間	会 場	内 容	講 師
4	火	10:00~11:00	清水公民館	3B体操	壇 朝子
4	火	13:30~14:30	あたご苑	レクリエーション講座	吉野 勇
11	火	13:30~14:30	げんきかん	チェアヨガ	りなっぺ
12	水	10:30~11:30	MIYAMAX	あの頃レク	吉野 勇
13	木	10:30~11:30	まいピア高田	3B体操	壇 朝子
17	月	10:30~11:30	あたご苑	バランスボール健康教室 ★	りま
18	火	13:30~14:30	げんきかん	チェアヨガ	りなっぺ
21	金	13:30~14:30	あたご苑	終活 ～エンディングノートの書き方～ ★	空き家アドバイザー
25	火	10:00~11:00	清水公民館	3B体操	壇 朝子
26	水	10:30~11:30	MIYAMAX	チェアヨガ	りなっぺ

※内容欄に★がついているもののみ、開催1週間前までに予約が必要です。

それ以外は予約不要、参加費無料です。

教室には、タオル、飲み物、上履きをご持参ください。



11月21日(金)

要予約

終活～エンディングノートの書き方～

エンディングノートを知っていますか？
エンディングノートとは、自分自身に何かあったときに備えて、ご家族が様々な判断や手続きを進める際に必要な情報を残すためのノートです。
これからの未来をより自分らしく生きていくために終活の一步を踏み出しませんか？

定員：20名

持ってくるもの：筆記用具

開催1週間前までに

お申込みください。



自分の住まいの将来について、
空き家アドバイザーと一緒に考えてみましょう♪

<申込み・問合せ先> みやま市社会福祉協議会 ☎0944-22-5000

