

元気なうちから学ぼう！長く健康で過ごす方法
令和8年度

元気はっらっ シニア塾

参加費
無料

9月18日 金

10:00~12:00

会場 宜野湾市中央公民館2階 多目的室

対象者 市内在住の65歳以上 持ち物 筆記用具

※65歳未満の方の同伴は可能です

9月のテーマ

楽しくつながる地域活動

人や地域とのつながりが介護予防に
つながる理由、宜野湾市の地域資源の紹
介、いきいき百歳体操の体験など

講師

長寿支援係職員

生活支援コーディネーター

動きやすい格好で
お越しください

毎月テーマを変えて、第3金曜日に開催します

※令和8年8月のみ第2金曜日

お申込みは1か月前の月初めから受付

インターネットからの
お申込みはこちら



宜野湾市 介護長寿課 長寿支援係

☎ 098-893-4517

受付時間：平日8:30~17:15

