

## 2023年度兵庫健生「ふれあい広場」イベント予定リスト

| 開催月 | 開催日     | イベント予定(イベントの入れ替え等が想定されますのでご注意ください)  |
|-----|---------|-------------------------------------|
| 4   | 3~5(平日) | 恒例の明石公園等でのお花見                       |
| 5   | 13(土)   | 兵庫健生2023年度総会と講演会(山本紗弥香先生によるメンタルヘルス) |
| 6   | 10(土)   | 「人生100年時代-ライフスタイル変更講座」録画を使った講座      |
| 7   | 8(土)    | 健康同好会・八田陽子先生による健康体操                 |
| 8   |         | 休止                                  |
| 9   | 9(土)    | 新会員村山美知先生による管理栄養士の調理講座その1           |
| 10  | 14(土)   | 健康チェックを活用した拡大ふれあい広場                 |
| 11  | 11(金)   | 健康同好会の吉田貴子先生のリラクゼーション健康体操           |
| 12  | 9(土)    | 第2回演芸大会                             |
| 1   | 13(土)   | 参加者による語り合い・新年の抱負と情報交換               |
| 2   | 10(土)   | 新会員村山美知先生による管理栄養士の調理講座その2           |
| 3   | 9(土)    | 新会員塚本氏か川元氏による講座                     |