



秋の講座報告

●キッズダンス【9/23～10/22 全6回】



♪小原文化まつりで、ダンスデビュー♪

リズムの刻み方やステップを一生懸命練習。
本番では、ホールでおもいきりダンス♪ダンス♪

●元気アップ講座【6/8～10/26 全8回】



ストレッチで体力増進！脳トシで認知症予防！
熱心な受講者が多く、毎回明るく元気な笑い声が
あふれていました。



自主グループとして活動します！

ご参加ください

『元気アップ四季桜』

活動日：毎月第2 第4木曜日 13:00～15:00

場 所：研修室 1.2 会費：無料

*65歳以上の方限定

●おばら魅力発見講座【11/4】



四季桜まつりの始まったばかりの小原地区を
山内氏（小原ガイドボランティア代表）のガイドで
巡りました。

地域の人のあたたかさ、歴史や自然の深さに触れ
た講座となりました。

