



令和6年度

栃木県シルバー大学校

公開講座

栃木県シルバー大学校では、「県民の日」協賛事業として、次の授業を公開して実施します。

多くの皆様の参加をお待ちしています。

参加申込は不要ですので、ご希望する会場に直接お越しください。

場所	日時	講義内容
中央校	5月22日（水） 10時～12時	「福祉・ボランティアって何だろう」 とちぎ市民協働研究会 廣瀬隆人先生
	6月6日（木） 10時～12時	「郷土・とちぎを知る」 渡辺雄幸先生
南校	5月23日（木） 13時～15時	「笑いヨガ」 とちぎ真岡笑いヨガクラブ 早川久子先生
	6月28日（金） 13時～15時	「災害時にできること」 NPO法人栃木県防災士会 諏訪浩一先生
北校	5月28日（火） 13時～15時	「筋力トレーニング・バランス運動」 ボディープラネット 森島達先生 ※運動できる服装、室内履き持参
	6月19日（水） 10時～12時	「薬と健康」 栃木県薬剤師会 理事 平田陽一郎先生

参加
無料

Xで学校生活の様子を配信中♪

@tochigi_silver



お問い合わせ先

中央校 宇都宮市駒生町3337-1 とちぎ健康の森内 TEL 028-643-3390
 南校 栃木市神田町9-40 TEL 0282-22-5325
 北校 矢板市矢板54 TEL 0287-43-9010

<http://silver.tochigi-kenkoufukushi.com/>