



栃木県シルバー大学校

公開講座

令和7年**3月19日**(水)

10:00~15:00 (受付 9:15)

参加費
無料

会場

栃木県総合文化センター メインホール
宇都宮市本町1-8

講義

10:00~12:00

「シニア世代の健康と生きがい」

講師 シニア産業カウンセラー 青木 羊耳 氏



13:00~15:00

「心身の健康&美容のために！表情筋アップレッスン」

講師 声楽家 靄見 靖子 氏



申込

電話または専用フォームから事前申込

TEL:028-650-3366

※ 当日、直接会場にお越しいただいても参加できますが、
事前にお申込みいただくと、入場がスムーズです

申込フォーム



<<お問合せ>>

(福)とちぎ健康福祉協会 生きがい健康部生きがいづくり課 TEL 028-650-3366