

# 十月多世代プログラム

十月十二、二十六日（木）

## うたの会

十三時三十分～十四時三十分

前半は愛唱歌を、後半は音楽劇の歌を楽しく歌います。  
どなたでもご参加いただけます。（申込不要・見学可）

十月十八日（水）

## 秋散歩

十五時三十分～十六時三十分

大人は現地解散もできます。

十月十八日（水）

## からだと仲良くなるレッスン

十時三十分～十一時四十五分

「からだ」と「わたし」は息の長いパートナー。整体で体を整えましょう。

参加費Ⅱ五百円（保険代込）・定員十名

講師Ⅱ大須賀千枝さん 持物Ⅱフェースタオル・バスタオル

十月二十三日（月）

## スクラップブツキング

十時～十一時三十分

写真を数枚お持ちください。材料や道具は準備しています。

材料費六百円（保険代込）、持ち物 写真