

## 令和6年度 「河辺さわやかセミナー」 事業実施計画

No.3 のバス使用以外は、10時開始が基本となります。

R7. 1. 6

No.	開催日	曜日	種別	内容	講師等	会場
1	6/5	水	開講式 および 映画鑑賞	健康・生きかた関係の映画 病気になる体づくり D社151 約60分	—	河辺総合福祉 交流センター (三世代交流 ホール)
2	9/3	火	施設見 学会	陸上自衛隊と秋田地方気象 台(昼食会場:陸上自衛隊 の食堂)	※社会教育バスを使用	秋田市内
3	10/30	水	講話	防災に関する講話	県総合防災課職員	河辺総合福祉 交流センター (三世代交流 ホール)
4	12/11	水	健康運 動	体操と呼吸法の体験 (自分らしく生きいきと過 ごすために)	介護予防運動指導員 佐藤 博美	河辺総合福祉 交流センター (三世代交流 ホール)
5	2/25	火	料理づ くりお よび閉 講式	鶏むね肉のシソ棒ギョウ ザ・中華あんかけ茶わん蒸 し・豆苗のスープ	佐藤 敦子	河辺総合福祉 交流センター (調理実習室お よび高齢者カ ルチャールー ム)

【会議】 役員会は必要に応じて随時開催