

## ～高齢者学級・みわSDGs学級合同企画～

### 高齢者のための快眠術

【日時】 8月6日（水） 13時30分～14時30分

【場所】 三和公民館 1階 ホール

【内容】 講演「高齢者のための快眠術」

【講師】 ねむりにまっすぐ乙丸屋 12代目 乙丸屋 久兵衛 氏

【申込み】 みわSDGs学級の方は、8月1日（金）までに三和公民館へ  
申し込んでください。

高齢者学級の方は、申込みはいりません。当日お越しください。

予告

## ～第3回 みわSDGs学級～

### 秋のストレッチ教室

【日時】 9月3日（水） 13時30分～14時30分

【場所】 三和公民館 1階 ホール

【内容】 「秋のストレッチ教室」

【講師】 小山 克美先生 石川県リズムダンス協会講師・地域スポーツ指導者  
～詳細は後日回覧いたします～

## 地域コミュニティ活性化支援事業

### 「水無月コンサート」のお知らせ

【日時】 6月28日（土） 13時30分～14時30分

【場所】 三和公民館 1階 ホール

【出演】 のと彩霞(さいか)二胡サークルの仲間による「二胡演奏会」

【参加費】 無料（お子さまの曲もあります。ご一緒にどうぞ！）

【演目】 日本の四季 抒情歌を一緒にうたおう/見上げてごらん夜の星を/  
上を向いて歩こう/さんぽ/アンパンマンマーチ 他

【申込み】 6月25日（水）までに三和公民館へ

（TEL）240-7530（FAX）240-7831

※皆さまお誘いあわせのうえ、ぜひお越しください。

表面あり