

フルート生演奏会

いきいき 広島市高齢者いきいき活動ポイント対象事業

まちづくり市民交流フェスタ 2026 参加企画



健康情報&リズム体操講座

歌って動いて、
声とからだの
いきいき講座

あなたの経験は
誰かの元気になる!



～いつまでも自分らしく元気に過ごす参加型プログラム～

歌とリズム体操で、心と身体をほぐし、テーマトークで自分の経験を語ります。
あなたの体験が誰かの元気に繋がります。この講座はあなたが主役です。

日時 2026年11月14日(土)

11:00~12:30(受付 10:45~)

会場 合人社ウエンディひと・まちプラザ (まちづくり市民交流プラザ)
北棟5階 研修室C

- 【対象】 どなたでも
- 【定員】 20名限定(先着順)
- 【内容】 講座 健康情報&リズム体操講座
- 【参加費】 無料
- 【準備物】 筆記用具, 飲み物
- 【主催】 村上恭子: 博士(教育学), 日本女子体育連盟公認ダンスムーブメントC級指導員



2026年6月 阿品台市民センター

まちづくりボランティア人材バンク 登録 No.875

まちづくり市民交流フェスタ実行委員会,
公益財団法人広島市文化財団まちづくり市民交流プラザ

- 【申込】 10月15日(木)から11月4日(水)までに,
合人社ウエンディひと・まちプラザ(まちづくり市民交流プラザ)まで
電話、FAX、メール又は直接窓口へお申し込みください。

●お申し込み・お問い合わせ●

合人社ウエンディひと・まちプラザ
(公財) 広島市文化財団 まちづくり市民交流プラザ
〒730-0036 広島市中区袋町6番36号
TEL 082-545-3911
FAX 082-545-3838
メール m-plaza@cf.city.hiroshima.jp



※参加申込みの際に頂いた個人情報につきましては、事業目的以外には使用しません。