

(令和7年5月12日発表)

静岡市介護予防事業「しずおか ちゃちゃちゃ」 趣味を楽しむ連続講座の開催

◆アピールポイント	・趣味や仲間と出会える新たな介護予防の取組「しずおか ちゃちゃちゃ」では、趣味性の高い多彩な連続講座を開催しています。 ・全3回を基本とし、仲間とともに楽しみながら、プロの先生から深く学ぶことができます。また、受講後には地域イベントなどでその成果をお披露目する機会を設けていて、これまでに多くの「しずおか ちゃちゃちゃ」修了生が地域で活躍しています。 ・今回は、これまで他都市の体験会で大人気だった「ジャズダンス」や「ボードゲーム」を新たに追加し、より楽しみながら続けられる内容としています。
◆内容など	【参加者】市内在住の概ね65歳以上 【各種プログラム】 1. 椅子で座ってできるリラックスヨガ教室 日時：5/27（火）、6/17（火）、7/22（火） 10時～12時 場所：アイセル21 1階ホール 2. 男・本気のヨガ体験（男性対象） 日時：5/19（月）、6/16（月）、7/21（月）14時～16時 場所：アイセル21 3階第35会議室 3. 簡単なステップを楽しむ！ はじめてのジャズダンス体験 日時：5/23（金）、6/13（金）、7/11（金）10時～12時 場所：グランシップ 地下1階 リハーサル室 4. コミュニケーションを楽しむ はじめてのボードゲーム入門 日時：5/21（水）、6/11（水）、7/2（水）10時～12時 場所：静岡県男女共同参画センター あざれあ 4階第2研修室 5. 男・本気のコーヒー教室（男性対象） 日時：5/29（木）、6/26（木）、7/17（木）14時～16時 場所：ETHICUS euphrainoo（葵区鷹匠2-20-10） その他詳細は、市ホームページからご確認ください。 https://www.city.shizuoka.lg.jp/s4523/s013027.html#torikumi

別紙資料 無

イベントカレンダーへの掲載 有



ぜひ、取材をお願いします！

【問合せ】

地域包括ケア・誰もが活躍推進本部（静岡庁舎14階）

担当 南條、森下

電話 054-221-1572