



# ユメで達者で 元気が一番



どこでも行き隊・いろいろ広め隊

## JAハリマ ふれあい出前講座

65歳以上の方ならどなたでも参加できます！

ご近所さんと、お友だちと、老人会のみなさんと、  
寄って、しゃべって、楽しいひとときを過ごしませんか。  
JAハリマふれあい課がお手伝いします！



### 申込み要領

- ・ 5人以上なら、男女を問いません。
- ・ 集会所や自宅など場所を提供して下さい。
- ・ 材料費などの費用は、実費負担となります。
- ・ 原則として、平日の昼間に開催します。

### 講座メニュー

- ① 身近な野菜の簡単料理
- ② 健康・くらしの情報講座
- ③ かんたん「ゲーム」「体操」
- ④ 手芸・園芸・歌唱
- ⑤ その他ご相談に応じます



お問い合わせ・お申し込みは



ハリマ農業協同組合 ふれあい課

電話 72-1536 (直通)まで