

2022(令和4)年度 休講の講座 ご紹介

楽しいスポーツ

玉入れ、ボウリング、的当てゲーム等、無理なく気軽にレクリエーションスポーツが楽しめます。
気持ち良く身体が動かせて、みんなと一緒に楽しめる内容になっています。

持ち物：動きやすい服装、運動靴、汗拭きタオル、飲み物

「楽しいスポーツ」は、2023(令和5)年度より再開しております

講座（以前）の様子

一緒にごはん

「自宅で簡単に、自分でできる美味しい料理」がテーマです。

みんなで協力しながら作った料理と一緒に食べるのも楽しいです♪2班に分かれてレツクッキング!

持ち物：エフロン、三角巾、手拭きタオル

「一緒にごはん」は、2023(令和5)年度も引き続き休講

講座（以前）の様子

みんなで歌おう

先生のピアノに合わせて、明るい歌声が響きます。

まずは元気よく、発声練習から始めましょう♪

昔なつかしい童謡・唱歌から最近の歌謡曲まで、幅広く色々な歌を楽しんでいます。

持ち物：筆記用具、歌集（初回にお渡し）

「みんなで歌おう」は、2023(令和5)年度も引き続き休講

講座（以前）の様子

万全の状態が開講できることを心より願っております

草津市立障害者福祉センター