

令和
6年度

ハッピー講座

女性部会

申込みはお電話で事務所まで！ 

 095-842-9500  <https://www.sjc.ne.jp/nagasaki/>

参加費無料（ただし、材料費等の実費を負担していただく場合があります。）

4月24日(水)

New!

ランチ会

「理事長を囲んで」

5月23日(木)

New!

グラバー園

さるく

いきいきカード持参

6月12日(水)

New!

メイクアップ

セミナー

講師：POLAスタッフ

7月24日(水)

健康ストレッチ

講師：野口信貴先生

参加費：無料

8月



お休み

9月13日(金)

New!

スマホの悩み

おしゃべり会

参加費：無料

10月23日(水)

出前講座

良い睡眠でこころの
健康づくり

参加費：無料

11月23日(土)

もみじ巡り

雨天の場合は24日(日)

迎仙閣

交通費：別途

12月9日(月)

フラワー
アレンジメント

材料費：別途

1月22日(水)

健康ストレッチ

講師：野口信貴先生

参加費：無料

2月



お休み

3月

さくら散歩

鹿尾川公園（予定）

交通費：別途

※今後予定を変更する場合があります。

(公社) 長崎市シルバー人材センター