

令和7年度 中期

# ふれあい講座 案内

会員仲間を誘って是非ご参加ください！  
男性会員さんも大歓迎です♪

大好評!!

クルミ味噌だれが売りの五平餅です！

日時 11月25日(火)13:30～16:30  
場所 アイプラザ豊橋 調理室  
費用 400円  
定員 10名  
応募 11月11日～(先着順)

## 五平餅づくり講座



## はじめてのヨガ講座



日時 ①10月21日②11月18日  
①②ともに14:00～15:00  
場所 シルバー人材センター2F  
費用 100円  
定員 各回10名  
応募 10月2日～(先着順)

## 健康ストレッチ講座①



日時 12月10.17日及び  
1月14.28日  
14:00～15:00  
場所 青少年センター 大研修室  
費用 500円  
定員 15名  
応募 11月19日～(先着順)  
全4回全て出席可能な方

<予約・お問い合わせ>

公益社団法人豊橋市シルバー人材センター

豊橋市牟呂町字東里42番地の2

女性委員会

TEL: 0532-48-3301、0532-48-3837

