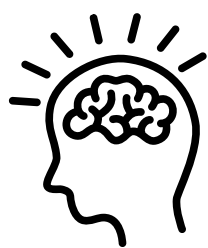


Brain training

令和8年度 中期

Gift wrap



# ふれあい講座



Cooking

会員仲間を誘って是非ご参加ください！  
男性会員さんの参加也大歓迎です♪

Yoga

## 五平餅づくり講座 (クルミ味噌だれ使用)

日時 ①11月26日 ②11月27日  
①②ともに13:30～16:30

場所 アイブラザ豊橋 調理実習室

費用 500円

定員 各回10名

応募 11月12日9時～(先着順)



## ヨガ講座(初心者・経験者)

日時 ①11月17日 ②11月24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 11月4日9時～(先着順)

その他 ①は初心者向け、②は経験者向けの内容になります。

## 脳トレ講座

～楽しく認知症予防～

日時 ①12月8日 ②12月15日  
①②ともに14:00～16:00予定

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 11月24日9時～(先着順)

その他 予約時に①又は②どちらかお選びください。

## クリスマスラッピング講座

オーナメントで華やかなラッピング♡

日時 12月11日 14:00～16:00

場所 シルバー人材センター2F

費用 300円

定員 10名

応募 11月27日9時～(先着順)



主催：豊橋市シルバー人材センター 女性委員会  
お問い合わせ TEL:0532-48-3301、0532-39-3313