

シニア100 ネット高槻の具体的活動

【具体的な活動】

1. 例会

- ◆ NHK 大河ドラマの人物像を勉強する
- ◆ 高槻名誉市民を語り継ぐ
- ◆ 落語とお笑い、講談・漫談
- ◆ 健康維持に関する知恵
- ◆ 高齢者の課題（認知症、相続問題、終活）
- ◆ 市の出前講座（健康・福祉、暮らし安全安心）

2. 歌声サークル

- ◆ キーボード・ギター・ピアノ演奏で懐かしの愛唱歌を全員で合唱し、思い出を語る

3. 名画座

- ◆ 懐かしの映画を鑑賞し感想を語る

4. 体操

- ◆ ストレッチ体操、健康体操

5. 課外活動

- ◆ お花見、大河ドラマゆかりの地巡り、社会見学懇談会秋の親睦会、年忘れ会

6. 部会

- ◆ 歴史ハイキング、ゴルフ、健康体操、男の料理、詩吟、野菜作り情報交換会、マジック