



講師  
宗像 真紀子先生  
いつも元気な  
真紀子先生



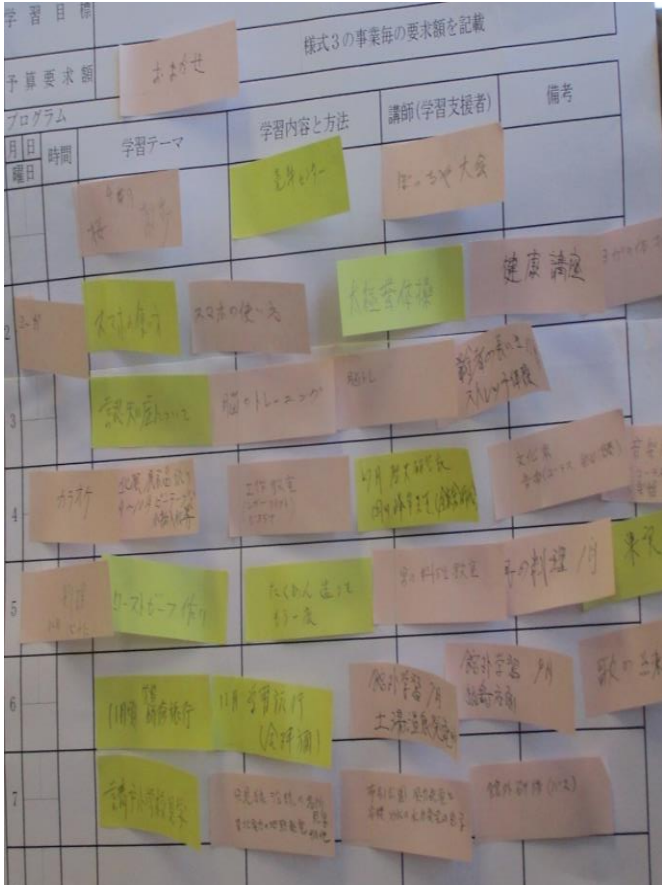
じゃんけんで勝のではなく、負ける脳トレ法  
互いに触れる脳トレ法  
男性同士、互いに手に触れる事の脳トレ  
★トランプで脳トレ★







R6年度 やってみたい講座を受講生で考えました。



真紀子先生からご褒美で  
ハンドベルもちょっぴり体験  
「市民の歌」を奏でました。

R5年度「しばみや男塾」10回講座を修了いたしました。

**参加者 17名**

**★皆勤賞 7名 (^\_^)-☆**

●あともう少しで皆勤賞 4名

●頑張った賞 6名

講座を真剣に取り組む姿勢が素晴らしく  
ナイスミドルにふさわしい受講生でした。

物づくり・調理実習では受講生同士の気配り目配りが協力性が強く誰一人遅れることなく講座が進みました。心より感謝いたします。ありがとうございました。

令和6年度「しばみや男塾」ご参加お待ちしております。