

<令和8年10月2日 開催>

長岡京市立中央公民館主催 市民と考える現代的課題講座

(企画者：バンド「ザ☆五目飯」さん)

めざせ！
イケおじ



高齢男性のための ボイストレーニング

懐かしい昭和の名曲を歌って
楽しく誤えんを予防し、
パワフルなイケオジを目指
しましょう！



日時：令和8年10月2日（金） 午後2：00～4：00

場所：長岡京市立中央公民館 1階 レクリエーション室

講師：バンド「ザ☆五目飯」司会 寺嶋 智美さん

対象：市内在住・在勤の概ね60歳以上の男性の方

定員：先着 20名

持ち物：水分補給用の飲み物

申込：令和8年9月2日（水）午前11時から受付開始
電話、FAXまたは公民館窓口へ

参加無料



【お申込み・お問合せ】
長岡京市立中央公民館
TEL：075-951-1278
FAX：075-955-4774