



第34期 高齢大学竹間沢教室 学習課程(案)



年間テーマ

「元気で楽しく仲間づくり」

| | 日 程 | 内容・テーマ等 | 講師等 | |
|----|-------------|-------------------------|-----------------|--|
| 1 | 5月 29日 (木) | 開講式・オリエンテーション | 学長・副学長・竹間沢公民館職員 | |
| 2 | 6月 12日 (木) | 自治会総会・班の話し合い(班別懇親会日程調整) | 自治会事業 | |
| 3 | 6月 19日 (木) | フレイルチェック(Aグループ) | 健康増進課・フレイルサポーター | |
| | 6月 26日 (木) | フレイルチェック(Bグループ) | | |
| 4 | 7月 10日 (木) | ヤクルトおなか元気教室 | 自治会事業 | |
| 5 | 7月 24日 (木) | 語りを楽しもう(民話・昔話) | かにかにこそこそ | |
| 6 | 8月 28日 (木) | 健康講座 運動と栄養食事 | | |
| 7 | 9月 11日 (木) | 俳句に挑戦してみよう | 自治会事業 | |
| 8 | 9月 25日 (木) | 課外学習 | | |
| 9 | 10月 9日 (木) | グラウンドゴルフ | 自治会事業 | |
| 10 | 10月 23日 (木) | 健康講座② 運動とレクレーション | | |
| 11 | 11月 6日 (木) | 輪投げor詩吟 | 自治会事業 | |
| 12 | 11月 20日 (木) | ガラスアート作りにチャレンジ | | |
| 13 | 12月 4日 (木) | フレイルチェック(Aグループ) | 健康増進課・フレイルサポーター | |
| | 12月 11日 (木) | フレイルチェック(Bグループ) | | |
| 14 | 12月 18日 (木) | クリスマス会 | 自治会事業 | |
| 15 | 1月 8日 (木) | 新春落語 | | |
| 16 | 1月 22日 (木) | かるた大会orクラフト工芸 | 自治会事業 | |
| 17 | 2月 5日 (木) | 音楽鑑賞or断捨離orSDGs | | |
| 18 | 2月 19日 (木) | 終了式&自治会総会 | | |
| 19 | 3月 26日 (木) | 修学旅行 | 自治会事業 | |

※授業の日程、内容等は変更や中止になる場合があります。予めご了承ください。

※授業は、指定のない限り10時からです。会場も指定のない限り、竹間沢公民館ホールです。

※受講料は無料ですが、学生自治会費(1,000円)、傷害保険料(500円)、見学会等の実費、クラブ活動にかかる費用は皆さんの負担です。

※黄色は自治会主催事業です。