

第41期 高齢大学中央教室 学習課程

年間テーマ 「笑顔で、楽しく、健康に!!」

	日 程	内容・テーマ等	講 師 等	当番班
1	5月 23日 (金)	開講式／自治会総会／オリエンテーション	中央公民館職員	
2	6月 13日 (金)	熱中症対策! ～暑い夏に向けて～	講師:岡田智奈さん (大塚製薬株式会社 大宮支店)	1班
3	6月 27日 (金)	消防署の音楽隊演奏&防災講座	入間東部地区事務組合消防本部	2班
4	7月 11日 (金)	うたごえ喫茶／班活動		3班
5	7月 25日 (金)	児童と一緒に★ワナゲ&ダーツ大会	連携:北永井児童館	4班
6	8月 8日 (金)	Aチーム…フレイルチェック① Bチーム…お昼ご飯を作って食べよう!		5班
7	8月 22日 (金)	Aチーム…お昼ご飯を作って食べよう! Bチーム…フレイルチェック①		1班
8	9月 12日 (金)	健康ストレッチヨガ ～体をほぐそう～	講師:逢野きよみさん (ヨガインストラクター)	2班
9	9月 26日 (金)	ケガをしない体づくり講座(仮)	協力:埼玉セントラル病院地域連携室	3班
10	10月 10日 (金)	課外学習		4班
11	10月 24日 (金)	医療専門家監修 運動機能アップ!	協力:健康増進課	5班
12	11月 14日 (金)	グランドゴルフ(雨天:映画鑑賞)		1班
13	11月 28日 (金)	作品制作(ちぎり絵、ぬり絵 など)		2班
14	12月 12日 (金)	口腔講座 ～口の中を健康に～	協力:健康増進課	3班
	1月9日(金)～ 2月28日(土)	高齢大学中央教室 学生&職員によるロビー展示		
15	1月 9日 (金)	新年のつどい ロビー展示作業／懐かしの音楽を聴いて歌おう!	出演:音楽ユニット「ミニヨンシーズ」	4班
16	1月 23日 (金)	Aチーム…フレイルチェック② Bチーム…いもっこ体操(仮)		5班
17	2月 6日 (金)	Aチーム…いもっこ体操(仮) Bチーム…フレイルチェック②		1班
18	2月 27日 (金)	修了式／謝恩会		2班
19	3月 下旬	修学旅行		3班

※薄緑部分は公民館授業、白部分は自治会授業となります。

※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、中央公民館ホールです。