

令和6年度「三条市高齢者教室」全体学習プログラム

No.	開 講 日	学 習 テ ー マ	講 師
1	5月22日（水） 午前9:30～ 10:30	開講式：実りある学習をめざして （大集会室）	中央公民館職員
	午前10:30～ 正午	出張トーク「知っておきたいところの元気を保つひけつ」	健康づくり課 職員
2	6月26日（水） 午前10:00～ 11:30	賢い消費者になるために	新潟県金融広報委員会
3	7月24日（水） 午前10:00～ 11:30	出前講座「源氏物語」の基礎知識	新潟県立歴史博物館
4	8月28日（水） 午前10:00～ 正午	手書き文字を楽しもう	新潟大学教授
5	9月25日（水） 午前10:00～ 11:30	出張トーク「知って安心『認知症』」 「地域の支え合いを考えよう！」	地域包括ケア推進センター 職員
6	10月2日（水） 午前9:00～ 17:00（予定）	視察研修（行先：未定）	
7	10月23日（水） 午前10:00～ 11:30	出張トーク「やらなきゃ損する“ちょこつと筋トレ”」	健康づくり課 職員
8	11月27日（水） 午前10:00～ 11:00	「おさらいコンサート」（大ホール）	声楽家 永桶 康子さん ほか
	午前11:15～正午	閉講式：今までの学習を振り返って （大集会室）	中央公民館職員

選択学習会日程

コース	場所	時間	開 講 日
健康太極拳入門 コース	大集会室	午前10:00 ～11:30	6/10(月)、7/8(月)、8/5(月)、 9/9(月)、10/7(月)、11/11(月)
かんたん筋トレ入門 コース	大集会室	午前10:00 ～11:00	6/14(金)、7/5(金)、8/9(金)、 9/13(金)、10/18(金)、11/8(金)
音楽総合講座 コース	音楽視聴覚室	午前10:30 ～PM0:30	6/17(月)、7/1(月)、8/19(月)、 9/2(月)、10/21(月)、11/18(月)
郷土史入門 コース	第一会議室	午後1:30 ～3:30	7/19(金)、8/23(金)、9/20(金)、 10/11(金)

※かんたん筋トレ入門コースは、飲み物、フェイスタオル、ヨガマットまたはバスタオルを持参ください。