

令和8年度 生涯学習教室 年間計画

【沖代公民館】

5月18日

通常開催日：第3・月曜日 10:00～11:30

スローガン		人生100年、健康100年を目指しましょう！					
	月・日	曜	課題	学習内容	講師名 (敬称略)	備考	
0	4月6日	月	-	運営委員会			
1	5月18日	月	音楽	二胡とピアノの調べ	橘 雅子 小町美佳	開講式	
2	6月15日	月	体操	元気の出るレクレーション	レクリエーション指導者 薬丸まゆみ	動きやすい服装・シューズ・タオル・飲物	
3	7月27日	月	人権	STOP 詐欺被害！ わたしたちは騙されない —映画で学ぶ人権—	社会教育指導員 人権担当	女性学級合同	
4	8月26日	水	その他	【10:30-11:30】 中国変面	ミスターシュガー	女性学級合同	
5	9月14日	月	健康	不整脈のお話	小倉記念病院循環器内科部長 永島道雄		
6	10月19日	月	教養	中津干潟の暮らしと自然	水辺に遊ぶ会事務局長 山守巧		
7	11月16日	月	教養	縁もゆかりもミュージック ～ ギター法話 ～	西蓮寺住職 黒田義照	現地研修 申込書	
8	12月		現地 研修	研修先検討中	—	別途詳細	
9	1月		学社融合	【沖代小1】昔あそび	—	別途詳細 女性学級合同	
10	2月15日	月	歴史	宇佐神宮のお話	宇佐の文化財を守る会会長 小野正五		
11	3月15日	月	音楽	ヴァイオリンとピアノの コンサート	三宅 孝治 三宅佐知子	閉講式	

※ 天候・講師の都合等でやむを得ず 中止、日時・講師を変更する場合があります。

※ マスクの着用は、個人の判断におまかせします。

これからの人生で一番若いのは今日です。
新しいチャレンジを始めましょう。

生涯現役のススメ 4カ条

1. 自分自身に『適度の負荷』をかけ、身体も頭も気もほどほどに使い続ける
2. 『生き甲斐』をみつける、味わう
3. 『新しい縁』をつくる、大切に
4. 『社会参画』を通して、学び、役割と責任を持ち続ける、学んだ成果を活かす