

令和8年度 女性学級「みどりの屋根」年間計画

【沖代公民館】

5月27日

通常開催日：第4・水曜日 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2日	木	—	【13:30～】運営委員会	—		
1	5月27日	水	音楽	春のコンサート	マリーゴールド 乙津知子・衛藤靖子・ 安達かずみ・森知保	開講式	
2	6月24日	水	歴史	歴史の面白さを知ろう！ 遺跡が語る中津の歴史	中津市歴史博物館 五十川孝正		
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	生涯学習教室 合同	
4	8月26日	水	趣味	【10:30-11:30】 中国変面	ミスターシュガー		現地研修 申込書
5	9月		現地 研修	佐伯塩糍作りor篠栗南蔵院 候補予定	—	別途詳細	2.3月前に 確定する
6	10月28日	水	趣味	ポーセラーツ〇〇作り	ポーセラーツインストラクター 今村佐和		
7	11月25日	水	教養	宇佐神宮 ～1300年の祈り～	フリーアナウンサー 森恵		
8	12月23日	水	体操	リズムトレーニングで体力・脳力 アップ体操	スポーツインストラクター KIRICO	動きやすい服装・ シューズ・タオル・ 飲物	2月申込書
9	1月		学社 融合	【沖代小1】昔あそび	事前準備必要	生涯学習教室 合同 別途詳細	2月申込書
10	2月24日	水	料理	季節の料理	ベジフルキッチン代表 友松貴子	費用:〇〇円 米100g持参	
11	3月24日	水	音楽	楽しい民謡と三味線	藤本流三味線師範 松本みはる	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か条

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