

令和8年度 女性学級 年間計画【三保交流センター】

5月15日

通常開催日：第2・金曜日 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10日	金	—	運営委員会	—		
1	5月15日	金	音楽	風薫るヴァイオリンとピアノのコンサート	三宅孝治・佐知子	開講式	現地研修 申込書
2	6月12日	金	現地研修	かえる寺～中富くすり博物館	—	詳細別途	
3	7月10日	金	教養	宇佐神宮 ～1300年の祈り～	フリーアナウンサー 森恵		
4	8月7日	金	体操	笑いヨガ	健康社会をつくる会 林政人	動きやすい服装・ シューズ・タオル・ 飲物	10月申込書
5	9月11日	金	教養	チョットおもしろい 中津の野鳥たち	野鳥の会中津支部長 金丸隆		10月申込書
6	10月9日	金	調理	季節の薬膳料理	国際中医薬膳管理士 小倉倫子	費用:1100円	2・6月
7	11月		学社融合	【三保小1・2】昔あそび	—	生涯学習教室 合同	
8	12月17日	木	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	
9	1月8日	金	教養	戦場からの絵手紙	ピースアイランド合同会社 伊藤博文		
10	2月18日	木	教養	13:30-15:00 終活のススメ	地域包括支援センター 三光園	生涯学習教室 合同	
11	3月12日	金	音楽	ピアノとシンセサイザーの世界	村田千尋・森孝良	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』を見つける、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