共に学ぼう楽しい仲間

みのり学級（高齢者学級）

学　級　生　募　集

今年度のテーマ

“外に目を向け　地域を知ろう”

回	月　日	学習内容（午前 10 時～正午）
1	9月　4日（木）	【開級式】学級についての説明 【講　　義】「公民館ってどんなところ？」（公民館職員）
2	9月11日（木）	【講　　義】「元気になる・生活に役立つ知恵」 高齢者向けの紙芝居　（本多　ちかこ氏）
3	9月18日（木）	【講　　義】「被害者・加害者にならないために」 自転車の交通法規を学ぶ（相模原南警察署）
4	9月25日（木）	【講　　義】「自分が受けられる介護を学ぶ」 介護その3 （ミモザヘルパーステーション所長　重本　由未氏）
5	10月2日（木）	【実　　技】「頭と体の健康づくり」健康体操・穴埋め歌ゲーム （介護予防運動指導士　藤井　薫　氏）
6	10月9日（木）	【館外学習】「身近なごみ問題を考える」 ウォーキング・南清掃工場見学（全行程徒歩）
7	10月16日（木）	【講　　義】「いざという時に自分でできること」 防災その2 （相模台地区防災専門員　倉島　勝治　氏）
8	10月23日（木）	【話し合い】 学級のふり返り 【閉級式】

【趣旨・目的】この学級は、高齢者の方が社会や地域のさまざまな課題について学習し、積極的な生きがいを求めることを目的として実施します。

【対　　象】　・相模台公民館区内在住の 60 歳以上の方
・全 8 回の受講ができる方

【定　　員】 35名（申込み順）

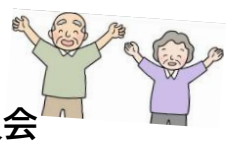
【参加費】 無料

【申　　込】 8月7日（木）午前9時 30 分から
相模台公民館窓口または電話

【持　　物】 飲み物、タオル、筆記用具

※動きやすい服装、靴で参加してください。

《主催》 相模台公民館　《主管》 相模台公民館高齢者学級運営委員会



相模台公民館 042-743-7871