

つなげよう地域の輪 ~日常的に困らないように~ 成人学級 全8回



10月4日から11月22日の
毎週火曜日、全8回にわた
り、成人学級を開催しまし
た。
・健康で潤いのある生活
・生活に役立つ知識を学ぶ
・新しい仲間づくり
を主眼に置いて、さまざま
なジャンルの方を講師に招
き、充実した時間を過ご
しました。

第1回
基本から見直すラジオ体操 長野信一氏

第2回
家庭でできる
コロナ対策
湘北病院

第4回
“曼荼羅”
(大人のぬり絵)
高山千秋氏

第6回 けんちん汁の調理 わかな会

第5回 口腔ケアと血流改善 (株)花王

つなげよう地域の輪

- 第1回
・ラジオ体操
(長野信一氏)
- 第2回
・家庭でできる
コロナ対策
(湘北病院看護師)
- 第3回
・スマホの応用
(本田真規氏)
- 第4回
・大人のぬり絵
(高山千秋氏)
- 第5回
・口腔ケアと
血流改善
(花王グループカスタマーズ
マーケティング株式会社)
- 第6回
・けんちん汁の調理
(わかな会)
- 第7回
・フレイル
・ロコモ予防
(包括支援センター)
- 第8回
・閉級式

令和4年度成人学級の講座一覧(全8回)