

# 令和6年度 横山公民館高齢者学級

## つくも学級学級生募集



仲間と楽しく、健やかに！  
～作る楽しみ～



- 会場：横山公民館大会議室 ほか  
対象：横山公民館区に在住の60歳以上の方  
(原則、全回ご参加できる方が対象)  
募集定員：約30名【先着順】  
参加費：学習材料や社会見学に必要な参加費を集合します  
申し込み：公民館窓口または電話で受付 9:00～17:00  
&問合せ (ただし、月曜日と 12:00～13:00 を除く)

申込は  
5月1日(水)  
～5月12日(日)

回数	日程	プログラム (予定)	講師ほか
第1回	5/23(木) 9:30～12:00	【仲間づくり】 ～開級式・オリエンテーション・健康体操～	運営委員、日本体操 研究所 平岡亮一氏
第2回	5/30(木) 9:30～12:00	【紙芝居でコミュニケーション】 ～実演と講座～ ※プランター野菜作り材料配布、収穫は閉級式で…	紙芝居作家 本多ちかこ氏
第3回	6/6(木) 8:30～16:00	【社会見学】 ～作る楽しさを実践～ 16:00頃 公民館着予定	藤野芸術の家
第4回	6/13(木) 9:30～12:00	【健康的食事作り講座】 ～一人住まい高齢者の食事作り～	わかな会 石川恭子氏
第5回	6/20(木) 9:30～12:00	<b>公開講座</b> 【芝居観劇・第3弾】 ～芝居作りを学ぶ～ 演目は乞うご期待！	やすらぎ一座 佐藤園子氏他
第6回	6/27(木) 9:30～12:00	【健康づくり講座①】 ～生活習慣病予防～	健康管理士上級指導員 宮川里子氏
第7回	7/4(木) 9:30～12:00	【健康づくり講座②】 ～みんな集まれ！笑って楽しく、 みんなでHappyになろうよ…。～	地域包括支援センター 杉田久美子氏
第8回	7/11(木) 9:30～12:00	【ふりかえり・まとめ】 ～プランター野菜収穫発表／閉級式・反省会～	運営委員

※プログラムの内容、日程等は変わる場合もあります。予めご了承ください。  
※詳細は公民館へお問合せください。

主催：横山公民館 (TEL756-1555) 主管：横山つくも学級準備委員会

お待ちしております！

