

月	教 養 講 座	地 域 講 座							
		健康づくり教室		生活楽学教室		こども教室			
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層		
		いつまでも元気で暮らすための健康づくりを行う	一般成人	人生を心豊かに生きる術を学ぶ	一般成人	子どもたちにいろいろな遊びや体験をさせる	小学生		
内 容		内 容		内 容		内 容		内 容	
4	歌って健康講座(4/23)	ストレッチ体操(4/22)				わらべ茶の湯(4/24)			
5	消費者被害防止講座(5/28)	ストレッチ体操(5/27)		和菓子作りを楽しむ(5/22)		工作遊び(5/22)			
6	ふるさと歴史散歩①(6/11)	ストレッチ体操(6/24)		男の料理教室(6/23)		ミニ生け花(6/26)			
7	ふるさと歴史散歩②(7/9) じろりんコンサート(7/30)	ストレッチ体操(7/29)				アイデア工作(7/31)			
8		ストレッチ体操(8/26)		和菓子作りを楽しむ(8/28)					
9	防災講座(9/10) 避難所運営ゲーム			男の料理教室(9/22)		わらべ茶の湯(9/25)			
10	歴史講座「伊藤博文」(10/22) スマホを安全に使う(10/29)	ストレッチ体操(10/28)		コーヒーを楽しむ(10/27)		消しゴムハンコ(10/23)			
11	歌って健康講座(11/12)	ストレッチ体操(11/25)		和菓子作りを楽しむ(11/27)		ミニ生け花(11/27)			
12	介護保険制度(12/10)	ストレッチ体操(12/23)		男の料理教室(12/15)		折り紙遊び(12/5)			
1	歴史講座「北条政子」(1/28)	ストレッチ体操(1/27)				わらべ茶の湯(1/22)			
2	歴史講座「北条義時」(2/25)	ストレッチ体操(2/24)		和菓子作りを楽しむ(2/26)		工作遊び(2/26)			
3	歴史講座「承久の乱」(3/25)	ストレッチ体操(3/24)		男の料理教室(3/23)		ミニ生け花(3/26)			

月	教 養 講 座	地 域				講		座	
		子どもクッキング教室		子育て支援教室					
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層				
		お菓子作りを通じて料理の楽しさを学ぶ	小学生	親子のふれあい遊びや手遊び、わらべうたなどを通じて子育てを支援する。	就学前の幼児と保護者				
内 容	内 容		内 容		内 容		内 容		
4		お菓子作り(4/10)		なかよしランド(4/15)					
5		お菓子作り(5/8)		なかよしランド(5/20)					
6		お菓子作り(6/12)		なかよしランド(6/17)					
7		お菓子作り(7/10)		なかよしランド(7/15)					
8		お菓子作り(8/7)		なかよしランド(8/19)					
9		お菓子作り(9/4)		なかよしランド(9/16)					
10		お菓子作り(10/2)		なかよしランド(10/21)					
11		お菓子作り(11/13)		なかよしランド(11/18)					
12		お菓子作り(12/11)		なかよしランド(12/16)					
1		お菓子作り(1/8)		なかよしランド(1/29)					
2		お菓子作り(2/12)		なかよしランド(2/17)					
3		お菓子作り(3/12)		なかよしランド(3/17)					