

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		子どもクッキング教室	
		ねらい	対象者層	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	心豊かな人生の過ごし方を学ぶ	一般成人	子どもたちにいるいろいろな遊びや体験をさせる	主に小学生	お菓子作りを通じて料理の楽しさを学ぶ	小学生
内 容	内 容		内 容		内 容		内 容		
4	スマートフォン入門講座 (4/26)	ストレッチ体操(4/25)		懐かしの歌で健康講座(4/12)				お菓子作り(4/13)	
5	高齢者支援について (5/24)	ストレッチ体操(5/23)		和菓子作りを楽しむ(5/18)				お菓子作り(5/11)	
6	ふるさと歴史散歩(6/14)	ストレッチ体操(6/13)		落語を楽しむ(6/28)		ミニ生け花(6/29)		お菓子作り(6/8)	
7	ふるさと歴史散歩(7/12)	ストレッチ体操(7/25)				わらべ茶の湯(7/27)		お菓子作り(7/13)	
8	じろりんコンサート(8/23)	ストレッチ体操(8/22)		和菓子作りを楽しむ (8/24)		夏の工作(8/8)		お菓子作り(8/10)	
9	防災講座(9/1)	ストレッチ体操(9/26)				わらべ茶の湯(9/28)		お菓子作り(9/7)	
10	「聞こえにくさ」について (10/11)	ストレッチ体操(10/24)		和菓子作りを楽しむ (10/19)				お菓子作り(10/12)	
11	介護保険制度(11/29)	ストレッチ体操(11/28)		伝筆を楽しむ(11/9)		ミニ生け花(11/23)		お菓子作り(11/9)	
12	じろりんコンサート(12/13)	ストレッチ体操(12/26)				消しゴムはんこ(11/30)			
1	歴史講座①(1/24)	ストレッチ体操(1/23)				折り紙遊び(12/8)		お菓子作り(12/14)	
2	歴史講座②(2/28)	ストレッチ体操(2/27)		和菓子作りを楽しむ (2/22)		わらべ茶の湯(1/25)		お菓子作り(1/11)	
3	歴史講座③(3/28)	ストレッチ体操(3/27)						お菓子作り(2/8)	
						ミニ生け花(3/22)		お菓子作り(3/8)	

月	教 養 講 座	地 域 講 座							
		子ども日本舞踊教室		子育て支援教室		折り紙教室		百歳体操教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		心と体の成長を促し、豊かな表現力を育む。	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	折り紙の魅力を気軽に楽しむ	一般成人	筋肉を鍛え、バランス能力を身につけ、日常動作を楽に行えるようにする。	高齢者
内 容		内 容		内 容		内 容		内 容	
4		日本舞踊(4/6)		なかよしランド(4/18)		季節の折り紙を折る		百歳体操	
						(4/20)		(4/2, 9, 16, 23)	
5		日本舞踊(5/4)		なかよしランド(5/16)		季節の折り紙を折る		百歳体操	
						(5/18)		(5/7, 14, 21, 28)	
6		日本舞踊(6/1)		なかよしランド(6/20)		季節の折り紙を折る		百歳体操	
						(6/15)		(6/4, 11, 18, 25)	
7		日本舞踊(7/6)		なかよしランド(7/18)		季節の折り紙を折る		百歳体操	
						(7/20)		(7/2, 9, 16, 23)	
8		日本舞踊(8/3)		なかよしランド(8/15)		季節の折り紙を折る		百歳体操	
						(8/17)		(8/6, 13, 20, 27)	
9		日本舞踊(9/7)		なかよしランド(9/19)		季節の折り紙を折る		百歳体操	
						(9/21)		(9/3, 10, 17, 24)	
10		日本舞踊(10/5)		なかよしランド(10/17)		季節の折り紙を折る		百歳体操	
						(10/19)		(10/2, 8, 15, 22)	
11		日本舞踊(11/2)		なかよしランド(11/21)		季節の折り紙を折る		百歳体操	
						(11/16)		(11/5, 12, 19, 26)	
12		日本舞踊(12/7)		なかよしランド(12/19)		季節の折り紙を折る		百歳体操	
						(12/21)		(12/3, 10, 17, 24)	
1		日本舞踊(1/4)		なかよしランド(1/16)		季節の折り紙を折る		百歳体操	
						(1/18)		(1/7, 14, 21, 28)	
2		日本舞踊(2/1)		なかよしランド(2/20)		季節の折り紙を折る		百歳体操	
						(2/15)		(2/4, 11, 18, 25)	
3		日本舞踊(3/8)		なかよしランド(3/20)		季節の折り紙を折る		百歳体操	
						(3/15)		(3/4, 11, 18, 25)	