

月	教養講座	地域講座					
		歴史教室		料理教室		朗読教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		大河ドラマの主人公の歴史について学ぶ	地域住民全員	男女区別なく調理を学ぶ	料理を楽しめる人	朗読ボランティアを養成する	読み聞かせに興味のある人
内容		内容		内容		内容	
4	笑って健康			季節の新鮮素材を使用して		朗読の実践と発声の訓練	
	スマホ教室			調理をし試食・親睦を図る		をグループ討議で養成する	
5	笑って健康					朗読の実践と発声の訓練	
						をグループ討議で養成する	
6	防災(火災)研修			季節の新鮮素材を使用して		朗読の実践と発声の訓練	
	笑って健康			調理をし試食・親睦を図る		をグループ討議で養成する	
7	笑って健康	大河ドラマに関連する学習				朗読の実践と発声の訓練	
		第一回				をグループ討議で養成する	
8	「人権学習」について講演会	同上		第二回		朗読の実践と発声の訓練	
	笑って健康			季節の新鮮素材を使用して		朗読の実践と発声の訓練	
9	避難(火災)訓練	同上		第三回		朗読の実践と発声の訓練	
	笑って健康					をグループ討議で養成する	
10	笑って健康			季節の新鮮素材を使用して		朗読の実践と発声の訓練	
	わが町を探検しよう			調理をし試食・親睦を図る		をグループ討議で養成する	
11	笑って健康					朗読の実践と発声の訓練	
						をグループ討議で養成する	
12	笑って健康			季節の新鮮素材を使用して		朗読の実践と発声の訓練	
				調理をし試食・親睦を図る		をグループ討議で養成する	
1	笑って健康	大河ドラマに関連する学習				朗読の実践と発声の訓練	
	防災(地震)研修	第四回				をグループ討議で養成する	
2	歴史講座	同上		第五回		朗読の実践と発声の訓練	
	笑って健康			季節の新鮮素材を使用して		朗読の実践と発声の訓練	
3	笑って健康	同上		第六回		朗読の実践と発声の訓練	
						をグループ討議で養成する	

月	教養講座	地域講座					
		紙細工教室		体操教室			
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層		
		手先の使用で脳を活性化する	主に70歳以上の高齢者	いつまでも元気で行動する	地域の高齢者		
		内容		内容		内容	
4		折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう		いきいき百歳体操			
5		折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう		いきいき百歳体操			
6		折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう		いきいき百歳体操			
7		折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう		いきいき百歳体操			
8		折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう		いきいき百歳体操			
9		折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう		いきいき百歳体操			
10		折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう		いきいき百歳体操			
11		折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう		いきいき百歳体操			
12		折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう		いきいき百歳体操			
1		折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう		いきいき百歳体操			
2		折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう		いきいき百歳体操			
3		折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう		いきいき百歳体操			