

月	教 養 講 座	地		域		講		座	
		世代間交流		趣味・健康		料理・ふれあい			
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層		
		地域住民の世代間 交流交流を図る	地域住民	目指せ百歳！	高齢者	季節の食べ物や料理 を美味しく食べよう	地域住民		
内 容	内 容		内 容		内 容		内 容		
4	お口の健康(誤嚥性肺炎)	さわやか歌声教室		いきいき百歳体操		中華料理			
		絵本の読み聞かせ		毛筆に親しもう		ふれあい喫茶			
5	ウンチの話	さわやか歌声教室		いきいき百歳体操					
		発酵教室		毛筆に親しもう		ふれあい喫茶			
6	コレステロール気になりませんか	さわやか歌声教室		いきいき百歳体操		三五八漬けの素づくり			
		唄とトークでふれあおう		ペタンクの集い		ふれあい喫茶			
7	人権学習	さわやか歌声教室		いきいき百歳体操					
	スマホの使い方			毛筆に親しもう		ふれあい喫茶			
8	夕涼み映画会	さわやか歌声教室		いきいき百歳体操					
				毛筆に親しもう		ふれあい喫茶			
9	気持ちよく眠ろう・睡眠の話	さわやか歌声教室		いきいき百歳体操					
		絵本の読み聞かせ		毛筆に親しもう		ふれあい喫茶			
10	自主防災訓練	さわやか歌声教室		いきいき百歳体操		クレンジン料理教室			
				毛筆に親しもう		ふれあい喫茶			
11	落語教室(小学校)	さわやか歌声教室		いきいき百歳体操		中華料理屋			
	びんぴんコロリを考える			毛筆に親しもう		ふれあい喫茶			
12		さわやか歌声教室		いきいき百歳体操		チョロギ(山の潮干狩り)			
		しめ縄飾り		毛筆に親しもう		ふれあい喫茶			
1	糖尿病の早期発見と注意点	さわやか歌声教室		いきいき百歳体操		中華料理			
		落語教室		毛筆に親しもう		ふれあい喫茶			
2	味噌作り教室(小学校)	さわやか歌声教室		いきいき百歳体操		味噌作り			
	特殊詐欺について	唄とトークでふれあおう		毛筆に親しもう		ふれあい喫茶			
3		さわやか歌声教室		いきいき百歳体操		中華料理			
		絵本の読み聞かせ		ペタンクの集い		ふれあい喫茶			