月			地		域		講		座	
			なかよしランド教室		健康美容教室		健康・フレイル予防講座		英語発音教室	
	 教 養 講	座	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
			子育て支援事業	乳・幼児と 保護者	リンパマッサージを 通して心と身体の 健康教室	中高齢者	健康寿命をのばす 健康講座	地域在住 中高齢者	英語発音の学習を通 して、コミュニケーショ ン力も向上	中学生以上
	内容		内容		内容		内容		内容	
1			なかよしランド		健康リンパケア		簡単な脳トレ体操			
5	歌の教室 春		なかよしランド						英語発音教室	
	 陶芸教室		なかよしランド				簡単な脳トレ体操		英語発音教室	
6	落語の会									
7	絵画教室		わんぱくランド		健康リンパケア				英語発音教室	
8			なかよしランド				簡単な脳トレ体操		英語発音教室	
9			なかよしランド							
	人権学習会		みないこと				佐田といいした 根			
10	防災教室		なかよしランド				簡単な脳トレ体操			
	法律の勉強会 歌の教室 秋		なかよしランド		健康リンパケア					
11			0.17 0.07 7 1		vera.					
12	落語の会		なかよしランド				簡単な脳トレ体操			
1	法律の話		なかよしランド							
			なかよしランド		健康リンパケア		簡単な脳トレ体操			
2										
3			なかよしランド							

月	教	養				地	ţ		講		座	
				講座	高齢者いきいき教室		健康音楽教室		骨盤体操教室		医療講座教室 · 健康体操	
			講		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	ねらい
			27		専門家より話を聞い て健康管理を行う	地域在住成 人(中高齢者 中心)	高齢者の フレイル予防	高齢者	骨盤体操を通して心 身の健康維持・向上	成人(中高齢 者中心)	医療関係者から病気 の予防や治療につい ての知識を得る	体操を通して 心と身体の健 康維持・向上
		内	容		内容		内容		内容		内容	
1					音楽でフレイルを予防		骨盤体操教室		医療講座			
4											健康体操教室	
5	スマホ詩	講座					音楽でフレイルを予	防				
											健康体操教室	
6	おはなし会・のじぎく保存活動		いきいき幸せ計画1		音楽でフレイルを予防				医療講座			
				・ヤーム	健康寿命を延ばそう						健康体操教室	
7							音楽でフレイルを予	防	骨盤体操教室			
									ļ			
8	子ども言		室				音楽でフレイルを予	防			医療講座	
	おはなし会				文字ペーコーノコ ナマル				医虚焦点			
9	スマホ訳	黄 坐			いきいき幸せ計画2		音楽でフレイルを予	万	骨盤体操教室		医療講座	
					知識寿命を延ばそう		文字マコ フェチマ	7+-				
10							音楽でフレイルを予	У Л				
							音楽でフレイルを予	 防	 骨盤体操教室		医療講座	
11							17/07/17/07/1		17 1111 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1			
	おはな	し会			いきいき幸せ計画3		音楽でフレイルを予	防			医療講座	
12	2		資産寿命を延ばそう									
4	親子リトミック				音楽でフレイルを予防		骨盤体操教室					
2	親子リト	ミック					音楽でフレイルを予	 防			医療講座	
3	親子リト	ミック					音楽でフレイルを予	防			医療講座	