

月	教 養 講 座	地 域 講 座							
		ものづくり教室		料理教室		健康はつらつ教室			
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層		
		ものづくりの楽しさを体験し、技術の習得を図ったり、達成感を味わう。	一般住民	いろいろな料理を学び、料理の楽しさを感じたり、家庭で生かしたりする。	一般住民	健康づくりを図り、日常生活を快適に過ごす。	一般住民		
内 容	内 容		内 容		内 容		内 容		
4	「のびやかに、かろやかに！」	魔法の鉢作り							
5	「姫路城と千姫」			パン作り		ミュージック・ケア			
6	演奏会 「サクソ演奏」	小物づくり(手芸)				丈夫な身体づくり(1)			
	「カリンバ演奏」	[2回]				「骨」			
7	樹木の剪定	パステルアート				けん玉			
8	一人ひとりを大切に 社会をめざして								
9	知っておきたい防災の 知識や救命方法					丈夫な身体づくり(2)			
10	スマホ社会を生きる！ ～安心、安全・便利な使い方～			パン作り		ペタンク			
11	アートの楽しみ方	小物づくり(手芸)				世代間交流ウォーキング			
12	オーラルフレイルを予防し よう	しめ縄作り		クリスマス料理		ミュージック・ケア			
1	マイナンバーと私たちの暮らし ～便利に使うマイナンバーカード～			味噌作り		丈夫な身体づくり(3)			
2	もっと知りたい介護保険 や福祉サービス			ひな祭り料理		3月 ペタンク			
3	だまされないで！ ～被害を防止しよう～			パン作り		3月 けん玉			

