

# 令和8年度 西那須野公民館高齢者学級『ときわ学級』

## 学習プログラム

★ねらい……中央地区内の概ね60歳以上の方を対象に、様々な学習を通し、参加者が健康で生きがいのある生活を送り、心豊かに過ごすための一助とする。

回	日時	曜日	学習内容（テーマ）	講師	備考
1	6月16日 10:00~11:30	火	開講式 お笑い講座 歌って笑って生き生き人生	県北のマギー司郎 吉住 安弘 先生	
2	7月14日 10:00~11:30	火	生き生き長生き健康体操	赤羽 みえ子 先生	
3	8月12日 10:00~16:00	水	コンサート	フェアリーボーチェ	なでしこ 合同
4	9月29日	火	移動教室 どこへ行くかは…お・た・の・し・み		負担金 あり
5	10月 6日 10:00~11:30	火	季節の絵手紙教室	日本絵手紙協会公認講師 青木 春江 先生	材料費 あり
6	11月17日 10:00~11:30	火	手軽にできる料理教室	非営利活動法人なす食育塾理事長 平山 恵美子 先生	材料費 あり
7	12月15日 10:00~11:30	火	創作教室 季節の飾り物	クラフトバンドエコロジー協会認定講師 石井 良江 先生	材料費 あり
8	1月19日 10:00~11:30	火	楽器体験教室 ゆったり・じんわりドラムサークル 閉講式	DC-LAB ドラムサークル研究所 三原 典子 先生	

★会 場……西那須野公民館 講座室3・大会議室

★その他……○材料費・負担金については、その都度徴収します。

○各自水分補給用飲み物の準備をお願いいたします。

