

# 第43期 高齢大学ふじくぼ教室 学習課程

年間テーマ 前向きに!『花も実もある』健康的な人生を♡

|    | 日程          | 内容・テーマ等                            | 講師等   | 当番班 |
|----|-------------|------------------------------------|---|-----|
|    | 5月 10日 (土)  | 子どもフェスティバル<br>※三芳町運動公園グラウンド        | -   |     |
| 1  | 5月 16日 (金)  | 開講式・オリエンテーション・自治会<br>総会・「みんなで自己紹介」 | 学長・副学長・公民館職員                                |     |
| 2  | 5月 30日 (金)  | フレイル予防について&マグネット<br>ダーツと公式ワナゲ大会    | 健康増進課/自治会事業                                 | 役員  |
| 3  | 6月 13日 (金)  | 腸を整え健康長寿!?                         | ヤクルト  | 1班  |
| 4  | 6月 27日 (金)  | 七夕交流                               | -   | 2班  |
| 5  | 7月 4日 (金)   | 課外学習※申し込み制                         | 道の駅べに花の郷おけがわ<br>桶川市歴史民俗資料館<br>学校給食歴史館、鬼平江戸処 | -   |
| 6  | 7月 18日 (金)  | フレイルチェック1・2班<br>ぬり絵&班の交流3・4班       | 健康増進課                                       | 3班  |
| 7  | 7月 25日 (金)  | フレイルチェック3・4班<br>ぬり絵&班の交流1・2班       | 健康増進課                                       | 4班  |
| 8  | 9月 5日 (金)   | 変面とマジックを楽しもう!                      | 三芳マジック                                      | 1班  |
| 9  | 9月 19日 (金)  | 運動・栄養                              | 医療専門職                                       | 2班  |
| 10 | 10月 10日 (金) | 高大祭作品制作(染物)                        | 自治会事業/歴史民俗資料館<br>※材料費500円                   | 3班  |
| 11 | 10月 17日 (金) | 公開講座<br>「人権について学ぼう!」               | 社会教育課                                       | 4班  |
| 12 | 11月 7日 (金)  | 運動・口腔                              | 医療専門職                                       | 1班  |
| 13 | 11月 13日 (木) | 高齢大学祭 展示搬入                         | -   |     |
| 14 | 11月 21日 (金) | 高齢大学祭 舞台発表                         | 自治会事業                                       | 役員  |
| 15 | 11月 25日 (火) | 高齢大学祭 展示搬出                         | -   |     |
| 16 | 12月 5日 (金)  | マグネットダーツ・公式ワナゲ大会                   | 自治会事業                                       | 役員  |
| 17 | 12月 19日 (金) | 音楽を楽しもう!                           | ミニヨンシーズ                                     | 2班  |
| 18 | 1月 16日 (金)  | 新年会                                | 自治会事業                                       | 役員  |
| 19 | 1月 30日 (金)  | フレイルチェック1・2班<br>いもっこ体操3・4班         | 健康増進課                                       | 3班  |
| 20 | 2月 13日 (金)  | フレイルチェック3・4班<br>いもっこ体操1・2班         | 健康増進課                                       | 4班  |
| 21 | 2月 20日 (金)  | 修了式・自治会総会                          |   |     |

※特に指定のない限り、藤久保公民館ホールで10時から実施します。(集合9時45分)

※受講料は無料ですが、運営費(学生自治会費、傷害保険代等)1,500円、作品等の材料費や見学会等の実費、クラブ活動にかかる費用は皆さんの負担です。

※内容は変更になる場合があります。予めご承知おきください。