

【令和8年度 高齢者教室（さかたり）年間計画表】

高齢者教室（さかたり）		
回	日時	内容
1	5月21日（木）	開講式
	13:30~15:00	落語を楽しむ
2	6月18日（木）	絵手紙を書いて楽しむ
	13:30~15:00	
3	7月13日（月）	歌と演奏を楽しむ
	13:30~15:00	
4	9月17日（木）	豊かな老後のために知っておきたいお金の話
	13:30~15:00	
5	10月13日（火）	健康寿命を伸ばすお話
	10:00~11:30	
6	10月26日（月）	山口方面への社会見学
	9:00~16:00	
7	11月19日（木）	睡眠と健康について考える
	13:30~15:00	
8	12月17日（木）	スポーツを楽しむ （ポッチャ等）
	13:30~15:00	
9	1月18日（月）	合唱を楽しむ
	13:30~15:00	
10	2月13日（土）	幸せに生きていく ためのお話（講演）
	13:00~14:30	

* 日時・内容は変更する場合があります。