

令和8年度 **生き生き倶楽部学習プログラム** 富海公民館 (案)
よりよい生きがいを求めて 令和8年4月1日現在

5月01日 (金)
13時30分 ~ 15時00分
笑いヨガと軽運動
講師 森本 康子 先生
笑いヨガティーチャー

6月05日 (金)
13時30分 ~ 15時00分
ちぎり絵づくりに挑戦!
講師 宇野 武子 先生
ちぎり絵講師

生きる

7月03日 (金)
13時30分 ~ 15時00分
認知症予防講座
講師 明治安田生命社員 先生
明治安田生命社員

8月07日 (金)
13時30分 ~ 15時00分
人生100年時代 役に立つ話
講師 石丸 義臣 先生
野田学園高等学校未来創造コースアドバイザー

知る

9月04日 (金)
13時30分 ~ 15時00分
介護予防について
講師 浦口 美穂 先生
防府東地域包括支援センター職員

10月02日 (金)
8時30分 ~ 16時00分
下関方面
講師 蛎屋 芳己 先生
社会教育指導員

動く

11月06日 (金)
13時30分 ~ 15時00分
ポッチャで楽しく体を動かしてみよう!
講師 松崎 京子 先生
中級パラスポーツ指導員

12月04日 (金)
13時30分 ~ 15時00分
寄せ植え
講師 藤井 三男 先生
ガーデンマルシェ社員

学ぶ

1月08日 (金)
13時30分 ~ 15時00分
身近で起こる金融トラブル
講師 未定 先生
山口財務事務所職員

2月05日 (金)
13時30分 ~ 15時00分
二胡演奏はいかが!
講師 大門 美知江 先生
二胡演奏家

毎月原則第1金曜日開催

自己を高め豊かな人生を歩む