

平成23年度岡山市立大元公民館主催講座

高齢者講座



# 平成23年度 「生き生きシルバーライフ」

平成23年度大元公民館主催講座「生き生きシルバーライフ」の活動計画ができました。アンケートの結果や皆様からのご意見をお聞きしながら、講師の先生のご都合等を勘案して計画を立てました。

研修旅行の行き先や講演の内容などは決まりましたら、その都度ご案内いたします。

**講座の申し込み受付は4月11日(月)から開始します。ふるってご参加ください。**

平成22年度にこの講座に参加された方も、23年度についてはもう一度窓口の申込用紙に記入してお申し込みください。

## 記

	開催日(曜日)	内容	講師等	備考
1	5月6日(金) 10:00 ~ 12:00 第1・2研修室	開講講座 懐かしい歌をアコーディオン に合わせて・・・! 「歌はともだち」	アコーディオン奏者 檜山 武雄さん	開講の話と歌
2	6月3日(金) 10:00 ~ 12:00 第1・2研修室	映画鑑賞 「石井のお父さん ありがとう」	(皆さんで感動を分かち 合いましょう)	DVD鑑賞
3	7月1日(金) 10:00 ~ 12:00 第1・2研修室	タオル体操で 体調を整えましょう	健康運動指導士 高見 博子さん	体操 タオル1枚持参
4	8月5日(金) 10:00 ~ 12:00 第1・2研修室	人権研修 (仮)「楽しいシルバーライフ」 - 高齢者と人権 -	岡山市教育委員会 人権教育室 高見 豊彦さん	講話
5	9月2日(金) 10:00 ~ 12:00 第1・2研修室	時事講話 お茶の間時事解説	加計学園広報室参与 小林 宏行さん	講話
6	10月7日(金)	学びと親睦を兼ねた 研修旅行	行き先は後日決定し ます	大元公民館発着 バス日帰り旅行
7	11月4日(金) 10:00 ~ 12:00 第1・2研修室	講演 「岡山弁再発見」	雑誌「オセラ」 編集顧問 青山 融さん	講演
8	12月2日(金) 10:00 ~ 12:00 第1・2研修室	「楽しいマジックと 生き生きライフ」	前御南西公民館 館長 吉田 良治さん	講話とマジック