



# はまゆう学級

生き生きのびのび元気づくり仲間づくり



回数	日時	課題	内容	講師等
1	5月20日(金) 10:00~12:00	開級式	年間プログラム・運営について (自己紹介・写真撮影・役割分担等)	公民館職員
2	6月17日(金) 10:00~12:00	絆結び	レクリエーション	公民館職員
3	7月8日(金) 10:00~12:00	健康	フレイル予防講座	高齢者支援課 看護師 保健医療財団 運動指導士
4	9月16日(金) 10:00~12:00	体力作り	転倒予防の体力づくり	秩父宮記念体育館 トレーナー
5	11月11日(金) 10:00~12:00	教養	浮世絵入門	「藤沢浮世絵館」職員
6	12月16日(金) 10:00~12:00	感性磨き	水引き細工で新年を迎えよう	未定
7	2023年 1月6日(金) 10:00~12:00	新春初笑い	音楽と落語の宅配便	落語が出来るギターリスト 濱乃 志隆氏
8	2月3日(金) 10:00~12:00	閉級式	レクリエーション 皆勤賞表彰	公民館職員