

令和8年度 中央公民館 寿学級学習プログラム



いつまでも元気と笑顔と好奇心



No.	月	日	学 習 内 容	会 場	備 考
1	4	22	開講式	北館 集会室	ギター演奏：吉野孝様
2	5	13	レクリエーション前編	北館 集会室	
3		20	レクリエーション後編	北館 集会室	
4		27	歯科医師による健康講座	北館 集会室	講師：習志野市歯科医師会 健康支援課 職員
5	6	3	座ったままで運動会 ※台風により延期	北館 集会室	講師：川島一弘 様
6		10	読書会①	北館 集会室	講師：関修一 様
7		17	読書会②	北館 集会室	講師：関修一 様
8		24	いきいきロングライフ ～楽しく踊ってフレイル予防～	北館 集会室	講師：健康支援課 職員 健康づくり推進員
9	7	8	市民文化祭の作品作り (瓦コースター)	北館 集会室	講師：丸治瓦店
10		29	市民文化祭の作品作り (瓦コースター)	北館 集会室	講師：丸治瓦店
11	9	9	寿まつりの練習・準備	北館 集会室	
12		30	寿まつりの練習・準備	北館 集会室	



← 瓦コースター作り



↑
いきいきロングライフ
(握力測定)