

新・雑談しま専科 ～新しい井戸端会議を楽しみましょう～

[講座紹介] 「心・身体・頭」元気に自立して前向きに生き抜く知恵を、みんなで話し合しましょう。

時間

水曜日 9:30～11:30
ほか※

場所

生涯学習センター

定員

30名

受講料

1,500円

回	日 程	テーマ (内 容)
1	6月4日	「老後の華やぎ」 講師 齋藤 ミヤ (傾聴ボランティア)
2	7月2日	「今日から取り組む介護(フレイル)予防」 講師 地域包括支援センター
3	8月6日	「次の世代に残さない負の遺産の処方の仕方」 講師 田中 政守 (全国空き家アドバイザー愛媛県新居浜支店事務局長)
4	9月3日	「お口から始まる健康づくり」 講師 保健センター
5	10月1日	「交通安全教室」 講師 危機管理課
6	11月5日	「気づきから行動へ」 ～共に生きるため身近な人権課題を学びましょう～ 講師 人権教育課
7	12月3日	「にいはま弁でむかし話を語る」 講師 あかがね座
8	1月7日	「食べることは生きること」 講師 鈴木 久美子 (食育大学新居浜校校長)
9	2月4日 ※14:00～16:00	「骨盤底筋を鍛えて尿漏れ予防! 食事で快便!」 講師 十全総合病院
10	3月4日	「日本古来の文化とは」 講師 石井 佐智子