

令和5年度 健康カレッジ 年間学習プログラム(最新版)

2023/6/28 現在

回	月	日	曜日	時間	主な内容	講師等	備考	担当班
1	5	26	金	10:00 ～ 12:00	<開講式> 自己紹介・オリエンテーション・ 役員選出・年間学習計画立案	無	集会室	昨年度 役員
2	6	23	金	終日	移動教室① アンデルセン公園ウォーキング	無	生涯学習バス	A
	7				なし			
3	8	25	金	10:00 ～ 12:00	いきいきシニア食育プログラム 腸の健康に関する健康教室	千葉県ヤクルト 販売株式会社	集会室	B
4	9	22	金	10:00 ～ 12:00	健康講話「免疫講座」	上級健康管理士 山田隆士氏	集会室	C
5	10	20	金	10:00 ～ 12:00	出前講座 「食生活を振り返ってみよう」	健康推進課 栄養士	集会室 第3金曜開催	A
6	11	24	金	10:00 ～ 12:00	インボディチェック	いきいき館	集会室	B
7	12	22	金	10:00 ～ 12:00	出前講座 「知って得するお口の健康講座」	健康推進課 歯科衛生士	集会室	C
	1				なし			
8	2	2	金	終日	移動教室② 水仙ロードウォーキング	無	生涯学習バス	今年度 役員
9	3	22	金	10:00 ～ 12:00	<閉講式> ・1年間の反省 ・健康体操	包括支援センター	集会室	今年度 役員