

令和6年度元気大学 日程表（第25期生）

～健康づくり・仲間づくり・生きがいづくり～

※ 日程・内容など変更となる場合があります。

～ プログラム ～

回	日 時	内 容	備 考
1	4月10日(水) 午前10時～12時	開講式 班別フリートーク	三ヶ島公民館 学習室1号・3号
2	4月24日(水) 午前10時～12時	認知症について	三ヶ島公民館 学習室1号
3	5月8日(水)	班別自主活動	
4	5月22日(水) 午前10時～12時	ミニテニス	三ヶ島地区体育館
5	6月12日(水) 午前10時～12時頃	三ヶ島の史跡巡りと早稲田 大学施設見学	中氷川神社等、早稲田 大学所沢キャンパス
6	6月26日(水) 午前8時～午後6時頃	大谷資料館見学	栃木県
7	7月31日(水) 午前／午後	うどんづくり(持ち帰り)	調理室
8	8月7日(水) 午前10時～12時	健康体操	三ヶ島公民館 ホール
9	8月21日(水) 午前10時～12時	歌を楽しむ	三ヶ島公民館 ホール
10	9月4日(水) 午前10時～12時	写経or座禅 体験	松林寺
11	9月18日(水) 午前10時～12時	防災講座	三ヶ島公民館 学習室1号
12	10月2日(水) 午前10時～12時	閉講式 班別フリートーク	三ヶ島公民館 学習室1号・3号

【企画・運営】 元気大学実行委員会

【主 催】 三ヶ島まちづくりセンター公民館

電話 04-2948-1204