

シニアカレッジ

令和7年度



かしの木学園

受講生募集！



シニア世代の学びとチャレンジの場！

教養や交流、生きがいのづくりのきっかけにしてみませんか？

	日 時	開講日
中央公民館	第2（火）10:00～	5月27日 （初回のみ第4火曜日）
善防公民館	第2（火）10:00～	5月13日
南部公民館	第1（月）10:00～	5月12日 （初回のみ第2月曜日）
北部公民館	第2（金）10:00～	5月2日 （初回のみ第1金曜）

対 象：概ね60歳以上の市民

回 数：年10回程度

内 容：健康・暮らし・文化・歴史・環境等についての講義・実技など

※裏面に年間予定を記載しています。

申込先：各公民館まで、電話又はFAX、メール、窓口でお申込みください。

※受付時間は月～土曜日（祝祭日を除く）午前9:00～午後5:00

北部公民館

〒675-2432 加西市満久町 233-10

電話 (0790) **45-0103**

FAX (0790) 45-0886

E-mail: hokubu@city.kasai.lg.jp

令和7年度 シニアカレッジ 「北部かしの木学園」 学習会（予定）

月 日 (曜)	講 座 内 容	講 師
5.2 (金) ※第1金曜	音楽講座 懐かしの歌でリフレッシュと脳トレ (体育室)	音楽療法士 井垣 美奈 氏
6.13 (金)	健康講座 高齢者「肉食」のすすめ (視聴覚室)	いなみ野学園 特任講師 岩崎 富子 氏
7.11 (金)	健康講座 アクティブシニアの夏場の熱中症対策 ～水分補給と栄養～ (視聴覚室)	大塚製薬株式会社 宮本 利夫 氏
8.8 (金)	健康講座 元気回復！ 夏の暑さに負けない快眠術 (視聴覚室)	神戸大学大学院 准教授 古谷 真樹 氏
9.12 (金)	教養講座 人権学習会『社会におけるこどもの人権』 (視聴覚室)	加西市人権推進課 人権推進員
10.10 (金)	教養・消費者講座 『先進技術体験』 ～運転寿命を延ばしましょう～ (泉よつばこども園駐車場) 雨天時:体育室	兵庫トヨタ自動車株式会社
11.8 (土) ※第2土曜	ふるさとの祭典記念講演 (消費者講座) 健康と生きがいづくりに役立つ笑いの力 (泉中学校体育館)	田久 朋寛 氏 (大道芸人たつきゅうさん)
12.12 (金)	教養・消費者講座 こんな手口に気を付けて！ (視聴覚室)	東播磨消費者センター 當房 順美 氏
1.9 (金)	健康講座 免疫力を高めてアンチエイジング (視聴覚室)	看護師 扶川 郁美 氏
2.8 (日) ※第2日曜	加西市公民館のつどい 『音楽の世界とハーモニー』 ～シャンソン&歌謡曲～ (加西市民会館 文化ホール)	BLENDY 山田直毅&羽生知央