

## 授業内容



1 6月5日<sup>±</sup>

### 入学式／自己紹介

クラスで自己紹介をします。  
1年間楽しく過ごしましょう。



2 6月16日<sup>水</sup>

### あま市をもっと好きになる!

あま市の歴史について  
学習しましょう。



3 6月23日<sup>水</sup>

### あま市史跡巡り①

まちを巡ってたくさんの  
魅力を発見しましょう。



4 7月7日<sup>水</sup>

### あま市史跡巡り②

まちを巡って見つけたたくさんの  
魅力を発表しましょう。



5 7月14日<sup>水</sup>

### ハピトレ～広げよう笑顔の輪～

普段どんな言葉を使っていますか?  
どんな言葉を使うかは、大切なことです。  
ハッピートークを学んで自分も周りもハッピーに  
なりましょう!



6 7月28日<sup>水</sup>

### 日本に生きる難民たち ～難民支援協会を通じて～

「難民」と聞くと、自分自身とは  
どこか違う存在のように感じるとは思いますが、  
実際はどうでしょうか...?



7 8月4日<sup>水</sup>

### 0から楽しく学ぼう!スマートフォン講座 ～便利な機能を暮らしに生かそう～

スマートフォンを使いこなして便利な毎日を  
送りましょう。  
※体験用の端末を用意します。



8 8月25日<sup>水</sup>

### 地域の防災 ～いま何をしたらいい?～

近い将来必ず起きると言われる南海トラフ型  
巨大地震に備え、準備しておくべきこと、  
また、実際に大地震に直面した時の心がけや  
自身でできることは何かを学びましょう。



9 9月1日<sup>水</sup>

### ご用心!身近に潜む消費者トラブル

誰でも巻き込まれる可能性のある身近なトラブルに  
ついて、実例を交えながらその対処法を学びましょう。



10 9月15日<sup>水</sup>

### 社会見学

※社会見学地は未定です。  
※別途学生負担となります。



11 10月6日<sup>水</sup>

### 正しい口腔ケアでお口を健康に!

何歳になっても楽しく、美味しく食事ができるよう、  
正しい口腔ケアの仕方を学びましょう。

12 10月13日<sup>水</sup>

### バランスボールで有酸素運動

ボールに座り、リズムに合わせて動きます。  
手足を使って脳トレをします。

13 10月27日<sup>水</sup>

### 七宝焼を作ろう!

あま市ゆかりの七宝焼に触れ、  
郷土愛を深めましょう。  
※別途学生負担となります。



14 11月10日<sup>水</sup>

### コミュニケーション力アップ! ～たくさんの人と交流できるようになろう～

地域や旅先で出会う様々な  
方と親しくなれるよう、  
会話のきっかけのつかみ方や、  
話を広げる方法を学びましょう。



15 11月17日<sup>水</sup>

### 読書で交流/給食センターへ行こう!

本の魅力をみなさんと楽しみましょう。  
給食センターの仕組みを知り、  
給食を食べましょう。  
※別途学生負担となります。



16 11月24日<sup>水</sup>

### 令和時代の子育て事情 ～昔と違うこと、変わらないこと～

子育てはもちろん、子育てしやすい  
地域づくりに生かしましょう。



17 12月8日<sup>水</sup>

### エンディングノートを書いてみよう!

今までの人生を振り返りながら、ご家族に対する  
思いや自身の今後の活動について記してみよう。  
※別途学生負担となります。

18 12月15日<sup>水</sup>

### 運動不足を解消! すぐできる健康体操

自宅で気軽にできる運動を学び、  
運動不足を解消しましょう。



19 12月22日<sup>水</sup>

### 卒業文集・アルバムを作ろう!①

シルバーカレッジの思い出を文集、  
アルバムとして残しましょう。



20 1月19日<sup>水</sup>

### 卒業文集・アルバムを作ろう!②

シルバーカレッジの思い出を文集、  
アルバムとして残しましょう。

21 2月5日<sup>±</sup>

### 卒業式



#### 注意

- ・入学式・卒業式は土曜日開催、通常授業は水曜日開催です。
- ・授業内容、日程等は都合により変更する場合があります。
- ・授業の様子を写真撮影し、卒業アルバムやあま市公式ウェブサイト等に掲載しますので、ご了承ください。
- ・通年の講座となるため、原則全ての授業を受講していただきます。
- ・新型コロナウイルス感染症対策を講じたうえで実施します。