

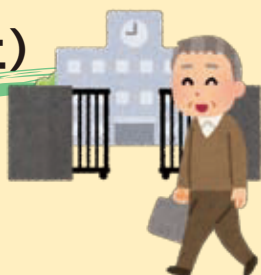
授業内容



1 6月11日(土)

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14日(火)

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！



3 6月28日(火)

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。



4 7月12日(火)

ゼロから楽しく学ぼう！ 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。



5 7月26日(火)

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。



6 8月2日(火)

身近なSDGs

SDGsの達成のために、
楽しみながらすぐにできる
身近な事例を学びましょう。



7 8月30日(火)

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。



8 9月6日(火)

ご用心！身近に潜む 消費者トラブル

誰でも巻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。



9 9月13日(火)

社会見学

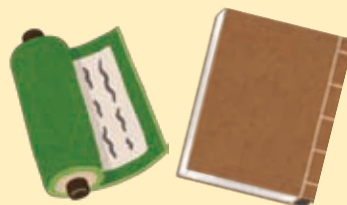
※社会見学地は未定です。
※別途学生負担があります。



10 9月20日(火)

あま市をもっと 好きになる！

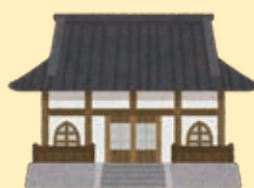
あま市の歴史について
学習しましょう。



11 9月27日(火)

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。



12 10月11日(火)

あま市史跡巡り②

まちを巡ってたくさんの魅力を
発見しましょう。



13 10月25日(火)

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。
※別途学生負担があります。



14 11月8日(火)

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語り
交流しましょう。
また、給食センターの仕組みを
知り、給食を食べましょう。
※別途学生負担があります。



15 11月15日(火)

オーラルフレイルに ついて学ぼう！

オーラルフレイルについて学ぶと
ともに、発症予防策や適切な改善対策
について学びましょう。



16 11月29日(火)

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
記してみましょう。
※別途学生負担があります。



17 12月7日(水)

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。



18 12月20日(火)

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。



19 1月17日(火)

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。



20 1月28日(土)

卒業式



注意

- ・入学式・卒業式は土曜日開催、通常授業は火曜日開催です。
ただし、第17回授業のみ水曜日開催です。
- ・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。