



令和8年度 岡山市立御南西公民館 主催講座

こ と ぶ き 大 学

一人の人間として、健康で心豊かな生きがいのある生活を送るために、
皆さん一緒に楽しく学んでみませんか。

回	日 時	内 容	講 師
1	5月12日(火) 10:00~12:00	開講式 ライフ&エンディングについて考えよう	岡山市地域包括ケア推進課
2	6月9日(火) 10:00~12:00	園児と一緒に歌とディスコンを楽しもう	御南まんまるこども園 御南西ディスコンの会
3	7月14日(火) 10:00~12:00	爆笑! エキサイトビデオ ~綾小路きみまろ 人生ないものねだり~	DVD 上映会
	8月夏期休講		
4	9月8日(火) 10:00~12:00	オペラコンサート ~パパゲーノの世界~	元中国二期会 秋山 啓 さん 他
5	10月6日(火) 10:00~12:00	脳卒中の理解と予防を学ぶ	岡山旭東病院 脳卒中関連スタッフ
6	10月30日(金)	バスで行く視察研修旅行	
7	12月8日(火) 10:00~12:00	心と体の若返りのコツ 閉講式	岡山県立大学名誉教授 井村 圭壯 さん

- ◆ 受講料 : 無料 (ただし、視察研修旅行会費は別途必要)
- ◆ 対象者 : おおむね60歳以上の方
- ◆ 定 員 : 55名
- ◆ お申し込み : 4月9日(木) 9:30~ 公民館窓口またはお電話にて随時受付しております。

* 研修旅行の申し込みは、9月ごろの予定です。(先着40名)

- ★ お問い合わせ : 岡山市立御南西公民館
岡山市北区田中157-110 ☎ (086) 244-1855

【水曜日・祝日は休館/9:30~21:00 日曜日は17:00まで】