

平成 30 年度 フェニックス学級

～人と人 学びからつなげよう 豊かな人生～

◆◇◆ 福井中央公民館「ふくい中央みらいカレッジ」 ◆◇◆

(※)福井ライフ・アカデミー共催

No.	月 日	分 野	講 座 内 容	講 師
1	6 / 6 (水) 13:30 ～15:30	心豊かに 生きる	開講式 笑って 笑って ストレス解消	仁愛大学 非常勤講師 山村 恵子 氏
2	7 / 3 (火) 13:30 ～15:30	見識を深 める	地元の良さを知ること まもること そして育てること ※	仁愛女子短期大学 教授 西畑 敏秀 氏
3	8 / 8 (水) 13:30 ～15:30	健康に生 きる	健康づくりに取り組みましょう！ ～プラス「10分の運動」とプラス「1皿の野菜」～	福井市保健センター職員
4	9 / 12 (水) 13:30 ～15:30	生活に役 立てる	災害から身を守ろう ～気象情報を生かして～	福井地方気象台職員
5	10 / 19 (金) 10:00 ～11:30	体験から 学ぶ	<館外研修> 福井市中央卸売市場 施設見学 ※ 現地集合、現地解散（別途案内）	福井市中央卸売市場職員
6	11 / 14 (水) 13:30 ～15:30	心豊かに 生きる	音楽の泉 PartⅢ ～心のマッサージ～ フルート・オカリナ&ピアノとともに ※	フルート奏者・ララの会主 宰・音楽療法研究家 浅川 由美 氏 (ピアノ 竹沢 友里 氏)
7	12 / 5 (水) 13:30 ～15:30	生活に役 立てる	自分らしく生きていくために ～生前整理のすすめ～ 閉講式	福井県金融広報委員会 万久 弘子 氏

火曜日
です！

金曜日
午前
です！

- 日 時 6月から12月までの計7回
主に水曜日 13:30～15:30 (ただし、No.2は火曜日、No.5は金曜日で10:00～11:30)
- 会 場 AOSSA 6階 研修室 601 他
※No.5は、館外での研修(福井市中央卸売市場にて集合・解散)
No.6は、レクリエーションルーム(6階)で実施
- その他 No.2とNo.5は、学び舎サロンと合同で実施
- 受講料 無料
- 定 員 80名 (No.5以外は、当日参加もできます。)
- 申込先 〒910-0858 福井市手寄1丁目4-1 アオッサ 5階
福井市中央公民館「フェニックス学級」係宛
住所(郵便番号)・氏名(ふりがな)・電話番号・年齢を明記し、電話・FAX等で
Tel 0776-20-5459 Fax 0776-20-1538 ★締め切り 平成30年5月30日(水)