

短期講座「福岡100プラザ中央大学」のご案内

5月から新たに、短期講座「福岡100プラザ中央大学」がスタートし、順次開講しています。(全て土曜日の講座です。)
福岡在住の60歳以上の方であれば、どなたでも受講ができます！

7月1日受付開始

★「いきいきコミュニケーション」(全4回)

日:7/19(土)、8/2(土)、8/16(土)、9/6(土)

時間:15:00~16:30(各回とも)

講師:堀川和洋さん 先着:15名

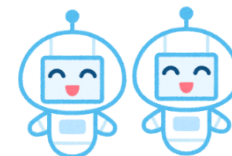
内容:傾聴と共感の姿勢やセルフメンタルケアについて学びます。

※コピー代:100円以内(毎回)



9月15日受付開始

★「60歳からのAI入門」(全5回)



日:10/4(土)、10/11(土)、10/18(土)、10/25(土)
11/1(土)

時間:13:00~14:30(各回とも)

講師:内田さとうさん 先着:10名

※ノートPCまたはスマホは参加者が持参(スペック条件有)

★「初めての大正琴」(全5回)

日:10/4(土)、10/18(土)、11/1(土)、11/15(土)
12/6(土)

時間:13:00~14:50(各回とも)

講師:金子博子さん 先着:15名

※コピー代:50円~100円(毎回)

※大正琴は各自持参



9月1日受付開始

★「百寿脳 ~人生100年を生きる 健やかな脳の作り方~」(全3回)

日:9/20(土)、10/18(土)、11/15(土)

時間:10:00~11:30(各回とも)

講師:森望さん 先着:15名

内容:①共生②脳悩③老寿について学びます。

※テキスト代:1,650円



「福岡100プラザ」とは、高齢者が健康で明るい生活を営むために、各種の相談に応じるとともに、健康の増進、教養の向上及びレクリエーション等などの便宜を総合的に提供するための施設で、市内に7施設(各区に1施設)あります。

福岡100プラザ中央

HP



公式アカウント

LINE



公式アカウント

Instagram

