



令和8年度

そのき市民学級

～人生100年時代 賢く生きる～



仲間と共に、楽しみながら新しい知識を学び
健康なところと身体で、人生を彩り豊かにしましょう！！

回	月日	テーマ	講師
1	6月3日 (水)	目のエイジングケア ～見える喜びをいつまでも	新潟医療福祉大学 医療技術学部視機能科学科 准教授 <small>むらた のりあき</small> 村田 憲章 さん
2	7月1日 (水)	新潟県人を深掘り ～歴史から紐解く新潟の県民性	新潟青陵大学 福祉心理子ども学部子ども発達学科 特任教授 <small>いとう みつる</small> 伊藤 充 さん
3	8月5日 (水)	再会-にいかた市民の願い ～現在進行形の拉致被害	横田めぐみさんとの再会を誓う同級生の会 代表 <small>いけだ まさき</small> 池田 正樹 さん
4	9月2日 (水)	自分の「あたりまえ」を問い直す ～豊かなコミュニケーションの築き方	公認心理師・臨床発達心理士 新潟医療福祉大学 心理・福祉学部心理健康学科 助教 <small>みぞえ ゆい</small> 溝江 唯 さん
5	10月7日 (水)	体の不調に効果的! つながるタオル体操 ～新潟生まれの PARTY 体操	新潟大学 工学部人間支援感性科学プログラム4年 <small>たかはし かえで</small> 高橋 楓 さん

会場 曾野木地区公民館

時間 午前10時～11時30分

参加費 無料

定員 50人(先着)

申込方法 5月7日(木)～5月21日(木)

・ 平日午前9時～午後5時

・ 電話(曾野木地区公民館 025-280-6810)または 窓口

- ・ 連続講座です。
- ・ 全ての回に参加される方を優先に受け付けます。
- ・ ご本人以外の申し込みは、できません。
- ・ 駐車場に限りがあります。
(約10台・連絡所来客用も含みます)

