

# 岡山会場

(全5回) ※講師等の都合により変更になる場合があります。

|           |     |             |  |
|-----------|-----|-------------|--|
| 6月10日(月)  | 受付  | 9:20~10:00  | 生きがいづくり<br>「ハートが若返る『有乃佳の元気講座』<br><自分でつくる自分の元気><br>音とことば(音楽浴)<br>みゅーじっくらいふ <sup>ことむ</sup> 琴友夢<br>代表 <sup>まつむら</sup> 松村 <sup>ゆうけい</sup> 有乃佳 先生 |
|           | 開講式 | 10:00~10:20 |  |
|           | 講義  | 10:30~11:40 |  |
| 7月19日(金)  | 受付  | 9:20~10:20  | 老後の雑学<br>「岡山弁再発見！」<br>岡山弁協会<br>会長 <sup>あおやま</sup> 青山 <sup>とおる</sup> 融 先生   |
|           | 講義  | 10:20~11:30 |  |
| 9月26日(木)  | 受付  | 9:20~10:20  | 健康づくり<br>「健康長寿 + 10年」<br>社会医療法人 盛全会<br>理事長 <sup>こばやし</sup> 小林 <sup>なおや</sup> 直哉 先生   |
|           | 講義  | 10:20~11:30 |  |
| 10月31日(木) | 受付  | 9:20~10:20  | 運動と健康<br>「人生100歳時代に向けて、<br>今日から始める健幸運動」<br>日本健康運動指導士会<br>岡山県支部長 <sup>いしお</sup> 石尾 <sup>まさき</sup> 正紀 先生                                       |
|           | 講義  | 10:20~11:30 |  |
| 11月29日(金) | 受付  | 9:20~10:00  | 漫談<br>「一期一笑」<br>ものまねしょうるサラリーマン<br><sup>ゆめのこうじ</sup> 夢小路 あきまる 先生  |
|           | 講義  | 10:00~11:10 |  |
|           | 閉講式 | 11:30~11:50 |  |

# 倉敷①会場

(全5回) ※講師等の都合により変更になる場合があります。

|           |     |             |   |
|-----------|-----|-------------|---|
| 6月 6日(木)  | 受付  | 9:20~10:00  | 生きがいづくり<br>「ハートが若返る『有乃佳の元気講座』<br><自分でつくる自分の元気><br>音とことば(音楽浴)」<br>みゆーじっくらいふ <sup>ことむ</sup> 琴友夢<br>代表 <sup>まつむら</sup> 松村 <sup>ゆうけい</sup> 有乃佳 先生 |
|           | 開講式 | 10:00~10:20 |   |
|           | 講義  | 10:30~11:40 |   |
| 7月10日(水)  | 受付  | 9:20~10:20  | 老後の雑学<br>「岡山弁再発見！」<br>岡山弁協会<br>会長 <sup>あおやま</sup> 青山 <sup>とおる</sup> 融 先生  |
|           | 講義  | 10:20~11:30 |   |
| 9月19日(木)  | 受付  | 9:20~10:20  | 健康づくり<br>「健康長寿 + 10年」<br>社会医療法人 盛全会<br>理事長 <sup>こばやし</sup> 小林 <sup>なおや</sup> 直哉 先生  |
|           | 講義  | 10:20~11:30 |   |
| 10月29日(火) | 受付  | 9:20~10:20  | 運動と健康<br>「人生100歳時代に向けて、<br>今日から始める健幸運動」<br>日本健康運動指導士会<br>岡山県支部長 <sup>いしお</sup> 石尾 <sup>まさき</sup> 正紀 先生  |
|           | 講義  | 10:20~11:30 |   |
| 11月15日(金) | 受付  | 9:20~10:00  | 漫談<br>「一期一笑」<br>ものまねしょうるサラリーマン<br><sup>ゆめのこうじ</sup> 夢小路 あきまる 先生   |
|           | 講義  | 10:00~11:10 |   |
|           | 閉講式 | 11:30~11:50 |   |

# 倉敷②会場

(全5回) ※講師等の都合により変更になる場合があります。

|                |     |             |   |
|----------------|-----|-------------|---|
| 6月6日(木)        | 受付  | 12:30~13:10 | 生きがいづくり<br>「ハートが若返る『有乃佳の元気講座』<br><自分でつくる自分の元気><br>音とことば(音楽浴)」<br>みゆーじっくらいふ <sup>ことむ</sup> 琴友夢<br>代表 <sup>まつむら</sup> 松村 <sup>ゆうけい</sup> 有乃佳 先生 |
|                | 開講式 | 13:10~13:30 |   |
|                | 講義  | 13:40~14:50 |   |
| 7月10日(水)       | 受付  | 12:30~13:30 | 老後の雑学<br>「岡山弁再発見！」<br>岡山弁協会<br>会長 <sup>あおやま</sup> 青山 <sup>とおる</sup> 融 先生  |
|                | 講義  | 13:30~14:40 |   |
| 9月17日(火)       | 受付  | 12:30~13:30 | 運動と健康<br>「人生100歳時代に向けて、<br>今日から始める健幸運動」<br>日本健康運動指導士会<br>岡山県支部長 <sup>いしお</sup> 石尾 <sup>まさき</sup> 正紀 先生  |
|                | 講義  | 13:30~14:40 |   |
| ※<br>10月17日(木) | 受付  | 9:20~10:20  | 健康づくり<br>「健康長寿 + 10年」<br>社会医療法人 盛全会<br>理事長 <sup>こばやし</sup> 小林 <sup>なおや</sup> 直哉 先生  |
|                | 講義  | 10:20~11:30 |   |
| 11月15日(金)      | 受付  | 12:30~13:10 | 漫談<br>「一期一笑」<br>ものまねしょうるサラリーマン<br><sup>ゆめのこうじ</sup> 夢小路 あきまる 先生   |
|                | 講義  | 13:10~14:20 |   |
|                | 閉講式 | 14:40~15:00 |   |

※午前中の開催となります。ご注意ください。

# 津山会場

(全5回) ※講師等の都合により変更になる場合があります。

|          |     |             |  |
|----------|-----|-------------|--|
| 6月18日(火) | 受付  | 9:20~10:00  | 生きがいづくり<br>「ハートが若返る『有乃佳の元気講座』<br><自分でつくる自分の元気><br>音とことば(音楽浴)<br>みゆーじっくらいふ <sup>ことむ</sup> 琴友夢<br>代表 <sup>まつむら</sup> 松村 <sup>ゆうけい</sup> 有乃佳 先生 |
|          | 開講式 | 10:00~10:20 |  |
|          | 講義  | 10:30~11:40 |  |
| 7月24日(水) | 受付  | 9:20~10:20  | 老後の雑学<br>「岡山弁再発見！」<br>岡山弁協会<br>会長 <sup>あおやま</sup> 青山 <sup>とおる</sup> 融 先生   |
|          | 講義  | 10:20~11:30 |  |
| 9月5日(木)  | 受付  | 9:20~10:20  | 健康づくり<br>「健康長寿 + 10年」<br>社会医療法人 盛全会<br>理事長 <sup>こばやし</sup> 小林 <sup>なおや</sup> 直哉 先生   |
|          | 講義  | 10:20~11:30 |  |
| 10月2日(水) | 受付  | 9:20~10:20  | 運動と健康<br>「人生100歳時代に向けて、<br>今日から始める健幸運動」<br>日本健康運動指導士会<br>岡山県支部長 <sup>いしお</sup> 石尾 <sup>まさき</sup> 正紀 先生                                       |
|          | 講義  | 10:20~11:30 |  |
| 11月8日(金) | 受付  | 9:20~10:00  | 漫談<br>「一期一笑」<br>ものまねしょうるサラリーマン<br><sup>ゆめのこうじ</sup> 夢小路 あきまる 先生  |
|          | 講義  | 10:00~11:10 |  |
|          | 閉講式 | 11:30~11:50 |  |

# 高 梁 会 場

(全5回) ※講師等の都合により変更になる場合があります。

|           |     |             |   |
|-----------|-----|-------------|---|
| 6月28日(金)  | 受付  | 9:20~10:00  | 生きがいづくり<br>「ハートが若返る『有乃佳の元気講座』<br><自分でつくる自分の元気><br>音とことば(音楽浴)」<br>みゆーじっくらいふ <sup>ことむ</sup> 琴友夢<br>代表 <sup>まつむら</sup> 松村 <sup>ゆうけい</sup> 有乃佳 先生 |
|           | 開講式 | 10:00~10:20 |   |
|           | 講義  | 10:30~11:40 |   |
| 7月31日(水)  | 受付  | 9:20~10:20  | 老後の雑学<br>「岡山弁再発見！」<br>岡山弁協会<br>会長 <sup>あおやま</sup> 青山 <sup>とおる</sup> 融 先生  |
|           | 講義  | 10:20~11:30 |   |
| 9月12日(木)  | 受付  | 9:20~10:20  | 健康づくり<br>「健康長寿 + 10年」<br>社会医療法人 盛全会<br>理事長 <sup>こばやし</sup> 小林 <sup>なおや</sup> 直哉 先生  |
|           | 講義  | 10:20~11:30 |   |
| 10月28日(月) | 受付  | 9:20~10:20  | 運動と健康<br>「人生100歳時代に向けて、<br>今日から始める健幸運動」<br>日本健康運動指導士会<br>岡山県支部長 <sup>いしお</sup> 石尾 <sup>まさき</sup> 正紀 先生  |
|           | 講義  | 10:20~11:30 |   |
| 11月20日(水) | 受付  | 9:20~10:00  | 漫談<br>「一期一笑」<br>ものまねしょうるサラリーマン<br><sup>ゆめのこうじ</sup> 夢小路 あきまる 先生   |
|           | 講義  | 10:00~11:10 |   |
|           | 閉講式 | 11:30~11:50 |   |