

年間カリキュラム予定 ※日程と内容について、講師の都合等により変更する場合があります、ご了承ください

日程	期	場所	10時～11時半	13時～14時半
4月21日(火)		さいたま市文化センター	入学式	
5月19日(火)	6	第1会議室	オリエンテーション 学校生活・年間スケジュールについて シニアユニバーシティ 事務局	オリエンテーション いそどりグループデザイン 彩講会 沼澤 広美
6月9日(火)	7	第1会議室	コミュニティビジネス入門 総務省地域力創造アドバイザー 柳田 公市	社会で子供を育てる、を考える 孫育てニッポン 棒田 明子
6月23日(火)	8・9	第1会議室	質の高い睡眠で若々しく ～「ぐっすり」のコツお伝えします～ 西川スリープマスターエキスパート 染谷 千明	ブレイントレーニング 品田マルクス高志
7月14日(火)	1	第1会議室	※ がんばらない健康習慣 ～1日5分で体が整う簡単ケア（スコレッチ）～ 道仏 ナオ子	研究発表について
9月15日(火)	2・3	第1会議室	昭和100年を振り返って ～いまなぜ「昭和」がもてはやされるのか 埼玉新聞社 吉田 俊一	地理学 地図で読み解くさいたま 大前 敏保
10月13日(火)	4	第1会議室	健康学 医療費節約café 昭和女子大学 研究員 市村 のぼる	身近な法律
10月27日(火)	5	第1会議室	SNS、生成AI時代のスマホリテラシー 埼玉情報センター 秋本 創	身近な介護 諏訪の苑 坂本 知康
11月17日(火)	6	第1会議室	人間・沢沢栄一研究 今、考える道徳と経済の関わり メインストリート・マネジメント・リサーチ合同会社 松本 博之	もっと楽しい音楽 音楽家 藤城 丈
12月15日(火)	7	第1会議室	知っているようで知らない世界遺産 NPO法人 世界遺産アカデミー WHA認定講師 亀谷 真宏	ウォーキング入門 ※ 埼玉県ウォーキング協会 宇治田仁子 高野賢一
1月12日(火)	9・8	第1会議室	地域でできること	経済学 経済と温泉のよもやま話 むさし証券株式会社 取締役会長 野村 眞
1月26日(火)	1	第1会議室	シルバー人材センターの紹介 シルバー人材センター 畑 佳一郎	歯と健康 みずの歯科医院 水野 明
2月9日(火)	3・2	第1会議室	研究発表	人生の午後をもっと幸せに生きるヒント ライフデザインコーチ 井筒 祥子
	4		合同講座 詳細は後日連絡します	
	5		卒業式 詳細は後日連絡します	

※体を動かします。動きやすい服装、水分、汗拭きタオルをご用意してください。