

令和7年度研修生募集！

申込期間 2/10月-3/10月

穴生学舎 見学週間



いつもの授業風景を
ちょっと覗いてみませんか？

1/15水-1/31金

10:00-15:00

ご自由にどうぞ

事務所で受付後、自由にご覧ください。

問合せ：穴生学舎 093-645-6688

見学週間中の授業内容

AM:10:00-12:00 PM:1:00-3:00

日程	コース名	時間	部屋	内容等(抜粋)
1/15(水)	郷土のなりたち	AM	1F AB会議室	若松と石炭産業 ①
		PM	1F AB会議室	学習することを科学する
	ストレッチと脳トレ	AM	3F 大会議室	タオルでスリスリストretch
		PM	3F 大会議室	ボールを使って楽しもう
	絵画入門	AM	2F 第2.3研修室	修了記念作品制作 ⑥
		PM	2F 第2.3研修室	修了記念作品制作 ⑦
1/16(木)	地域ふれあい	AM	2F 第2.3研修室	北九州の歴史と文化
		PM	2F 第2.3研修室	筆文字アート
	健康管理	AM	3F 大会議室	脳にとって良い事 認知症予防
		PM	3F 大会議室	きたきゅう体操
	やさしい英会話	AM	2F 音楽室	リスニングと演習
		PM	2F 音楽室	ふり返りとQ&A
1/17(金)	世界遺産と歴史	AM	2F 第2.3研修室	二条城 ～江戸幕府の誕生と終焉の城～
		PM	2F 第2.3研修室	「神宿る島」宗像・沖ノ島と関連遺産群
	心と身体の健康	AM	3F 大会議室	ヘルスリテラシーを育もう
		PM	3F 大会議室	シニアヨガ
	シニアライフデザイン	AM	1F AB会議室	いろいろな介護施設の見分け方
		PM	1F AB会議室	ニュースポーツ(囲碁ボール)
1/20(月)	文化伝承	AM	1F AB会議室	箏のしらべ
		PM	1F AB会議室	チェアdeファンクシナルエクササイズ
	健康スポーツ	AM	3F 大会議室	チェアを使ったタオルエクササイズ
		PM	3F 大会議室	膝痛の痛みを予防する
	音楽アクティビティ	AM	2F 第2.3研修室	歌唱
		PM	2F 第2.3研修室	音楽レクリエーション
1/21(火)	歴史に学ぶ	AM	2F 第2.3研修室	お風呂と銭湯の歴史 ～福岡の温泉～
		PM	2F 第2.3研修室	映画の歴史
	健康づくりサポーター	AM	穴生ドーム	周望学舎との交流会①(周望学舎来所)
		PM	穴生ドーム	
	デジタル活用	AM	2F 交流サロン	パソコン(Excel、Word 作品づくり)
		PM	2F 交流サロン	パソコン(Excel、Word 作品づくり)
1/22(水)	郷土のなりたち	AM	1F AB会議室	若松と石炭産業 ②
		PM	1F AB会議室	北九州のソウルフード シロヤのパン
	ストレッチと脳トレ	AM	3F 大会議室	中医学から考える病因パート1
		PM	3F 大会議室	ゲームで頭も身体もリフレッシュ
	絵画入門	AM	2F 第2.3研修室	額の注文・修了記念作品制作 ⑧
		PM	2F 第2.3研修室	修了記念作品制作 ⑨
1/23(木)	地域ふれあい	AM	2F 第2.3研修室	私たちの地域活動(演芸)
		PM	2F 第2.3研修室	たのしく唄って、体を動かそう
	健康管理	AM	3F 大会議室	腸内環境について ～免疫について～
		PM	3F 大会議室	歌って健康、歌って幸せ
	やさしい英会話	AM	2F 音楽室	予定や計画をたずねる
		PM	2F 音楽室	リスニングと演習

見学週間中の授業内容

AM:10:00-12:00 PM:1:00-3:00

日程	コース名	時間	部屋	内容等(抜粋)
1/24(金)	世界遺産と歴史	AM	2F 第2.3研修室	タイの歴史と世界文化遺産
		PM	2F 第2.3研修室	バングラデシュ マングローブ
	心と身体の健康	AM		校外学習のため不在
		PM		
	シニアライフデザイン	AM	1F AB会議室	介護体験者が語る認知症
PM		1F AB会議室	現在の内視鏡事情	
1/27(月)	文化伝承	AM		校外学習のため不在
		PM		
	健康スポーツ	AM	3F 大会議室	透析について知ろう
		PM	3F 大会議室	座って、寝てストレッチ運動
	音楽アクティビティ	AM	2F 第2.3研修室	楽器のひみつ トランペット
PM		2F 第2.3研修室	交響曲をきこう	
1/28(火)	歴史に学ぶ	AM	2F 第2.3研修室	自由研究発表会 準備
		PM	2F 第2.3研修室	古代山城と太宰府
	健康づくりサポーター	AM		校外学習のため不在
		PM		
	デジタル活用	AM	2F 交流サロン	パソコン(Excel、Word 作品づくり)
PM		2F 交流サロン	パソコン(Excel、Word 作品づくり)	
1/29(水)	郷土のなりたち	AM	1F AB会議室	芦屋の歴史について
		PM	1F AB会議室	自由研究発表会 準備
	ストレッチと脳トレ	AM	3F 大会議室	中医学から考える病因パート2
		PM	3F 大会議室	スクエアステップで足腰を鍛えよう
	絵画入門	AM	2F 第2.3研修室	額の販売・合評会①
PM		2F 第2.3研修室	合評会② 修了記念作品総仕上げ	
1/30(木)	地域ふれあい	AM		校外学習のため不在
		PM		
	健康管理	AM	3F 大会議室	認知症予防の為の運動
		PM	3F 大会議室	地域活動について
	やさしい英会話	AM	2F 音楽室	ふり返りとQ&A
PM		2F 音楽室	定型文「買い物」	
1/31(金)	世界遺産と歴史	AM	2F 第2.3研修室	イギリス ポントカサステ水路橋と水路
		PM	2F 第2.3研修室	自由研究
	心と身体の健康	AM		校外学習のため不在
		PM		
	シニアライフデザイン	AM	1F AB会議室	困ったときの暮らしの水先案内
PM		1F AB会議室	まさかの時 誰がどの様にしてくれるの	

・令和7年度の研修コースとは、一部内容が異なります。

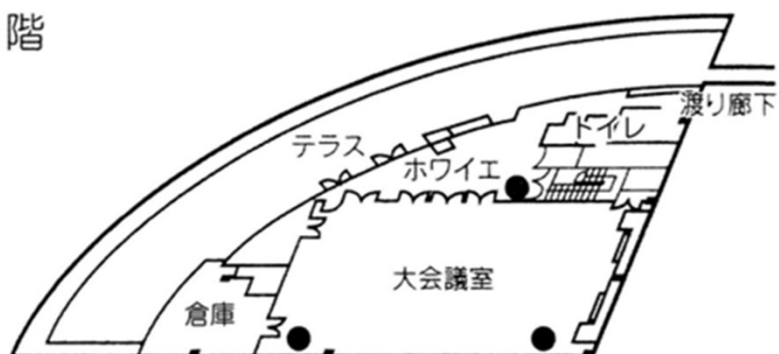
令和6年度
穴生学舎芸術祭
開催

日時 令和7年2月3日(月)～2月9日(日)
 ・2月3日(月) 13:30～16:00 ・2月4日(火)～2月7日(金) 10:00～16:00
 ・2月8日(土)～2月9日(日) 10:00～15:00
 会場 北九州市立美術館 黒崎市民ギャラリー (コムシティ3階)
 展示作品 絵画入門コース研修生による絵画 等 <<入場無料>>

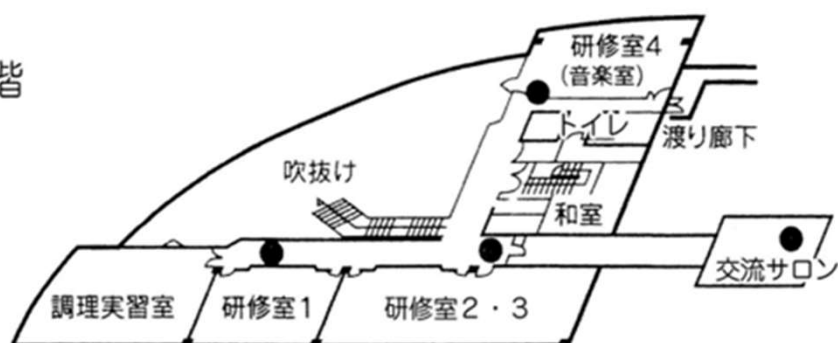
館内のご案内

●印は消火器

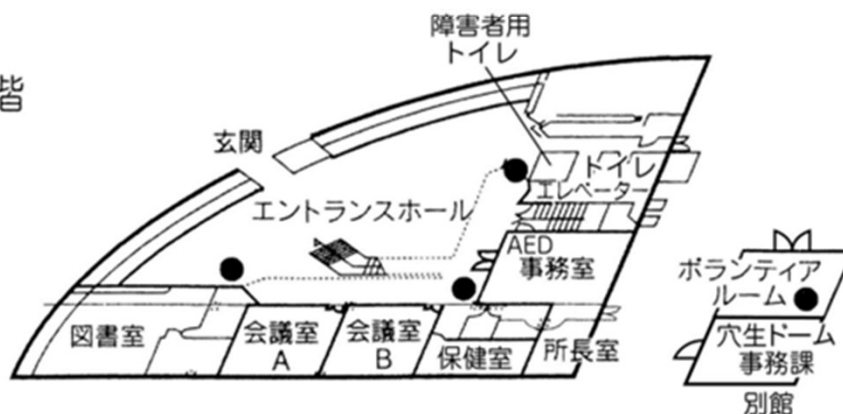
3階



2階



1階



〈見学時のお願い〉

- ・ 見学中は静かにお過ごしください。
- ・ 授業や入学についての質問は1階事務所までお願い致します。

お問合せ

〒806-0058 北九州市八幡西区鉄竜1-5-1

北九州市社会福祉協議会 北九州シニアネットワークアカデミー 穴生学舎

担当:平島、梶原 TEL:093-645-6688