

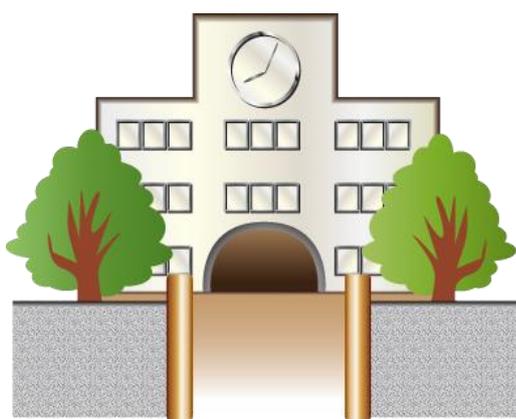
2021年度  
シルバーカレッジ  
ふくろう学園

イメージキャラクター



フクロウ君

～新しい仲間と  
楽しい学びを～



社会福祉法人岡崎市福祉事業団

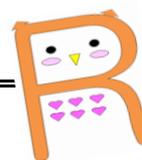
# 2021年度 シルバーカレッジ「ふくろう学園」学習予定

<テーマ>

**「コロナに負けるな！おでかけ時間・スポーツ時間を楽しもう！」**

<1日の流れ（目安）> ※外出以外

9:30	～	本日の準備
9:40	～	1時限目（45分）
10:25	～	休憩（10分）
10:35	～	2時限目（45分）
11:20	～	次回の確認



9月16日

会場：中央

持ち物 スマホ（無くても可）  
筆記用具

① 9:30～9:40

「シルバーカレッジふくろう学園ってどんなところ？」  
ふくろう学園の内容説明、注意事項等をお話し  
します。

② 9:40～11:20

「初めてのスマホ講座」  
シルバーカレッジの仲間作りにスマホ活用

講師 ソフトバンク株式会社  
担当者

9月30日

外出

中央地域福祉センター 集合時刻13:20  
東部地域福祉センター 集合時間13:20  
各センター 出発時刻13:25  
各センターへ戻る時刻16:00予定です

① 14:00~15:30

「体力測定」

「マシントレーニングの体験」

講師 一般社団法人 岡崎パブリックサービス

健康運動指導士 福谷 尚也 氏

持ち物 運動しやすい服装  
室内シューズ  
汗拭き用タオル  
お茶など水分補給ができるもの  
トレーニングルーム使用料310円  
筆記用具

10月7日

会場：東部

持ち物 運動しやすい服装  
室内シューズ  
汗拭き用タオル  
お茶など水分補給ができるもの  
筆記用具

① 9:40~11:20

「ニュースポーツをしてみよう」

講師 社会福祉法人 岡崎市福祉事業団  
運動機能指導員 小原 千明

10月14日

会場：中央

持ち物 運動しやすい服装  
室内シューズ  
汗拭き用タオル  
お茶など水分補給ができるもの  
筆記用具

① 9:40~11:20

「ボッチャを体験しよう」

講師 社会福祉法人 岡崎市福祉事業団  
友愛の家 副館長 田中 和夫

11月18日

外出

中央地域福祉センター 集合時刻8:50  
東部地域福祉センター 集合時間8:50  
高年者センター 出発時刻9:30  
高年者センター岡崎へ到着予定時刻11:30  
各館に12:00に戻る予定です

① 10:00~11:00

「太田油脂工場見学」

「健康と油について（講話）」

「油絞り体験」

講師 太田油脂株式会社

見学担当職員

持ち物 筆記用具  
買い物する際は、お小遣い  
お茶など水分補給ができるもの  
エコバック（買い物用）

11月29日

外出

中央地域福祉センター 集合時刻9:20  
東部地域福祉センター 集合時間9:20  
高年者センター 出発時刻10:00  
高年者センター岡崎へ到着予定時刻14:00  
各館に14:30に戻る予定です

① 11:00~13:00

「NEOPASA 岡崎について」

NEOPASA 岡崎について学ぼう。

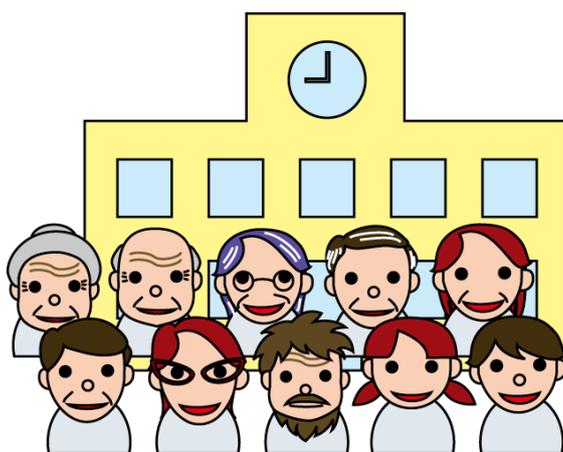
講師 NEOPASA 岡崎

エリア・コンシェルジュ

持ち物 筆記用具  
買い物する際は、お小遣い  
お茶など水分補給ができるもの  
エコバック（買い物用）

以上で「シルバーカレッジふくろう学園」は終了です。

<メモ>



連絡先・問合せ先 中央地域福祉センター TEL0564-25-7701

東部地域福祉センター TEL0564-48-8090