

令和6年度 千歳市若返り学園 学園行事予定表(全員対象行事)

月	学 園 行 事	日・曜日	時 間	場 所	
5月	開講式、講演会① 「スポーツにドラマあり」	8日(水)	10:00~10:25 10:30~12:00	北ガス文化ホール 2階中ホール	
	【学級行事】 学級総会	向 陽 台	10日(金)	10:00~12:00	泉沢・向陽台コミセン6号室
		鉄 東	10日(金)	13:30~15:30	鉄東コミセン4号室(体育室)
		中 心 街	13日(月)	10:00~12:00	総合福祉センター402号室
		北 新	17日(金)	10:00~12:00	北新コミセン4号室
		花 園	17日(金)	13:30~15:30	花園コミセン4・5号室
		北 桜	24日(金)	10:00~12:00	北桜コミセン4号室(集会室)
富 丘	24日(金)	13:30~15:30	富丘コミセン4号室(体育館)		
6月	【学級行事】 ハイキング	向 陽 台	10日(月)	※集合時刻は、学級 総会で決定します。	※行き先、コースなどは、学級総会 で決定します。
		鉄 東	12日(水)		
		中 心 街	17日(月)		
		北 新	21日(金)		
		花 園	25日(火)		
		北 桜	27日(木)		
	富 丘	28日(金)			
映画鑑賞会① 「最高の人生の見つけ方」	7日(金)	10:00~12:00	北ガス文化ホール 3階大ホール		
7月	パークゴルフ大会①	5日(金)	9:30~12:00	指宿公園 パークゴルフ場 ◆予備日 16日(火)	
8月	パークゴルフ大会②	20日(火)	9:30~12:00	勇舞すこやか公園 パークゴルフ場 ◆予備日 30日(金)	
9月	合同ハイキング	6日(金)	10:00~12:00	サケのふるさと 千歳水族館近辺 ◆予備日 24日(火) (住吉ソフトボール場駐車場集合)	
	社会見学	17日(火)	9:00~15:30	札幌市円山動物園 ※経費は一部個人負担	
	パークゴルフ大会③	30日(月)	9:30~12:00	アンカレジ パークゴルフ場 ◆予備日 10月3日(木)	
10月	講演会② 「笑って笑って 免疫力UP! ～落語と健腸長寿の話から～」	10日(木)	10:30~12:00	北ガス文化ホール 3階大ホール	
11月	ミニボウリング大会 ※上履き持参	15日(金)	10:00~12:00	総合福祉センター 4階403号室	
	映画鑑賞会② 「先生と迷い猫」	26日(火)	10:00~12:00	北ガス文化ホール 3階大ホール	
1月	室内ゲーム大会 ※上履き持参	24日(金)	10:00~12:00	北ガス文化ホール 4階大会議室	
2月	学園祭(リハーサル日)	13日(木)	10:00~12:00 13:00~15:00	北ガス文化ホール 3階大ホール	
	学園祭(公演日)	14日(金)	13:00~16:00	北ガス文化ホール 3階大ホール	
3月	講演会③ 「防衛施設と共存したまちづくり」 閉講式	14日(金)	10:00~11:15 11:30~12:00	北ガス文化ホール 2階中ホール	

令和6年度 若返り学園 サークル加入手続きについて

サークルの加入は任意です。希望される場合は、次の事項をご確認の上「千歳市若返り学園入会申込書」に記入、提出願います。

- 1 原則1人1サークルの加入とします。
- 2 サークル所属については、加入希望者全員にはがきでお知らせします（4月下旬）。
- 3 定員を超えた希望者がいる場合、抽選を行いますので、希望サークルに加入できない場合があります。
- 4 定員に満たないサークルについては、2次募集を行うことがあります。

サークル	曜日 開始時刻 終了時刻	会場	定員	活動内容
短歌	火曜日 9時45分 11時45分	北ガス文化ホール 3階 中会議室2	20	渡辺敏子講師。例会前に作品1首を提出し、例会日に会員の批評、講師からの指導があります。
俳句	火曜日 13時 15時	北ガス文化ホール 3階 中会議室2	20	高橋あや子講師。例会前に作品2句を提出、例会では集まった作品から特選句等を投票し、鑑賞します。
書道	木曜日 9時30分 11時15分	北ガス文化ホール 4階 大会議室	40	伊藤好晃講師。楷書、行書、草書や隷書、仮名の練習をします。書道用具が必要です。
合唱	水曜日 13時 15時	北ガス文化ホール 1階 控室5	50	早川法子講師（全体指導）、田口華織講師（ピアノ）。幅広い合唱曲に取り組んでいます。
ダンス （水曜）	水曜日 13時 15時	総合福祉センター 4階 403号室	50	国分一郎講師・信子講師。ある程度の経験者を対象に、社交ダンスのレッスンをしています。
ダンス （木曜）	木曜日 13時 15時	総合福祉センター 4階 403号室	50	国分一郎講師・信子講師。初心者を対象にワルツやタンゴなど社交ダンスのレッスンをします。
絵手紙	水曜日 9時45分 11時30分	総合福祉センター 4階 402号室	40	吉原保子講師。季節の草花、実などを中心に描いています。新たに用具を用意する場合は1万円程度かかります。初日に購入希望者を募ります。
新 けんそく 健足 エクササイズ	木曜日 9時45分 11時15分	北ガス文化ホール 4階 大会議室	50	坪田 由紀講師。足指を鍛えるゆる～い全身運動で体温を上げ、生活を楽にする健足脳活と椅子ヨガ。ヨガマット上靴が必要です。
新 けんこうぶどう 健康武道 ヨガ	水曜日 9時45分 11時15分	北ガス文化ホール 4階 大会議室	50	カレイラ美咲講師。心身の健康を目指して、全道空手チャンピオン家と無理なく元気になるヨガをしていきます。ヨガマット、上靴が必要です。

会場の都合と講師の指導可能人数を考慮して定員を設けています。

途中でサークルをやめる場合は、必ずサークルの役員に連絡してください。

健足エクササイズの6・7・12・2月、健康武道ヨガの9・2月、絵手紙の6月は別の曜日に行います。活動予定一覧表をご確認ください。

令和6年度 運営委員会・サークル活動予定一覧表

	運営委員会	短歌	俳句	書道	合唱	ダンス水曜	ダンス木曜	絵手紙	健足 エクササイズ	健康武道 ヨガ
時間	10:00～	9:45～ 11:45	13:00～ 15:00	9:30～ 11:15	13:00～ 15:00	13:00～ 15:00	13:00～ 15:00	9:45～ 11:30	9:45～ 11:15	9:45～ 11:15
会場	福祉センター 402号室	北ガス文化 ホール3階 中会議室2	北ガス文化 ホール3階 中会議室2	北ガス文化 ホール4階 大会議室	北ガス文化 ホール 控室5	福祉センター 403号室	福祉センター 403号室	福祉センター 402号室	北ガス文化 ホール4階 大会議室	北ガス文化 ホール4階 大会議室
月	実施日	実施日	実施日	実施日	実施日	実施日	実施日	実施日	実施日	実施日
4月	19日 (金)	実施 せず	実施 せず	実施 せず	実施 せず	実施 せず	実施 せず	実施 せず	実施 せず	実施 せず
5月	実施せず	21日 (火)	21日 (火)	16日 (木)	22日 (水)	15日 (水)	16日 (木)	15日 (水)	9日 (木)	22日 (水)
6月	3日 (月)	4日 (火)	4日 (火)	6日 (木)	19日 (水)	5日 (水)	13日 (木)	11日 (火)	14日 (金)	19日 (水)
7月	1日 (月)	2日 (火)	2日 (火)	11日 (木)	17日 (水)	3日 (水)	11日 (木)	24日 (水)	23日 (火)	10日 (水)
8月	1日 (木)	6日 (火)	6日 (火)	8日 (木)	21日 (水)	7日 (水)	8日 (木)	7日 (水)	29日 (木)	21日 (水)
9月	2日 (月)	3日 (火)	3日 (火)	12日 (木)	11日 (水)	4日 (水)	12日 (木)	25日 (水)	19日 (木)	13日 (金)
10月	1日 (火)	22日 (火)	22日 (火)	17日 (木)	2日 (水)	16日 (水)	17日 (木)	16日 (水)	24日 (木)	30日 (水)
11月	8日 (金)	19日 (火)	19日 (火)	21日 (木)	20日 (水)	6日 (水)	7日 (木)	20日 (水)	7日 (木)	27日 (水)
12月	2日 (月)	3日 (火)	3日 (火)	12日 (木)	11日 (水)	4日 (水)	12日 (木)	11日 (水)	13日 (金)	18日 (水)
1月	10日 (金)	21日 (火)	21日 (火)	16日 (木)	22日 (水)	15日 (水)	23日 (木)	15日 (水)	23日 (木)	22日 (水)
2月	3日 (月)	4日 (火)	4日 (火)	6日 (木)	12日 (水)	5日 (水)	6日 (木)	5日 (水)	5日 (水)	4日 (火)
3月	3日 (月)	4日 (火)	4日 (火)	6日 (木)	12日 (水)	5日 (水)	6日 (木)	5日 (水)	13日 (木)	12日 (水)
備考	9月2日は 第2庁舎会 議室1・2で 行います。				学園祭練習 日1月29日 2月5日			実施の曜日に 注意	実施の曜日に 注意	実施の曜日に 注意

令和6年度

千歳市若返り学園

入会のしおり

千歳市若返り学園は、市内にお住まいの60歳以上（令和6年4月末現在）の方を対象とした学びの場です。

若返り学園では、会員の皆さんが明るく健康に、そして豊かで生きがいのある生活を送るために、さまざまな活動をしています。



学園行事 … 学園の会員全員が参加できる行事です。
パークゴルフ大会、社会見学、映画鑑賞会、
室内ゲーム大会、ミニボウリング大会
合同ハイキング、学園祭などがあります。

学級活動 … 地域によって分けられた学級（7学級）による独自の活動です。
学級総会、学級ハイキングなどがあります。

サークル活動 … 加入は自由で、原則一人一つの加入となります。
短歌、俳句、書道、合唱、ダンス、絵手紙の他に新たに
健足エクササイズ（新設）、健康武道ヨガ（新設）ができました。

受講料等 … 年間1,300円（傷害保険料、活動費を含みます。）

※受講料 1,000円（変更なし）、

保険料 150円（50円値上げ）、活動費 150円（50円値上げ）

なお、受講料等の返金はできません。

※社会見学参加の場合は、500円と入場料などが別途必要です。

【開講式】 令和6年5月8日（水）10:00～10:25

会場 北ガス文化ホール（市民文化センター）2階中ホール

内容
・学園長あいさつ
・サークル講師の紹介
・オリエンテーション など

【講演会】（開講式後）10:30～12:00

演題 「スポーツにドラマあり」

講師 北海道新聞社企画室スポーツ戦略本部

本部長 佐藤 裕則 氏

（2002～2007年日ハム担当、アトランタ五輪取材 他）

お問合せ：千歳市教育委員会生涯学習課 ☎ 0123（24）0848