

# 平井すずらん交流会 平成28年度の予定

原則第3火曜日 10時～12時

会場：東山公民館

Tel. 276-6202

参加費無料、どなたでもお気軽にご参加下さい。

## 4月19日 電力小売の全面自由化と マイナンバー制度について知ろう

講師：曾根 進 さん（東山公民館地域担当職員）

## 5月17日 卑弥呼の鏡と操山109号墳

講師：宇垣 匡雅 さん（岡山県古代吉備文化財センター所長）

昨年話題になった操山109号墳についてのお話です。



## 6月21日 食の安全

講師：香山 里江 さん（心と健康・医療アドバイザー）

自分のことは自分で守ろう！自分の体をつくる食べ物について、学びましょう。

## 7月5日 健康フェア

共催：山陽学園大学 看護学科

健康づくりを看護学生さんと一緒に考えてみませんか。

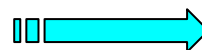


## 9月20日 いきいき健康生活

講師：永井 正夫 さん（ヤクルト広報室）

腸と日常生活について学び、健康になりましょう。

裏面へ続く



## 10月18日 新制度に便乗した詐欺について

講師：岡山市消費生活センター職員



## 11月15日 認知症とこれからの介護保険制度

講師：山崎 容子 さん（岡山市中区地域包括支援センター職員）

29年度から、介護保険制度が新しくなります。

もし認知症になったら？ならないためには？などについて、考えてみませんか。

## 12月 ジャズバンドで懐かしの名曲を

講師：TAKE5ve（テイクファイブ、旭川荘職員とOBによるバンド）

60年代のヒット曲から往年のグループサウンズ、

フォークソングなどで盛り上がりましょう。※日時は決まり次第お知らせします。



1月はお休みです

## 2月21日 甘くないお菓子づくり

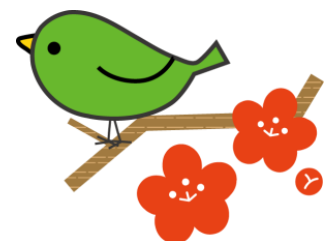
講師：山陽学園短期大学 食物栄養学科 教授

糖分が気になる方も、おいしく食べられるお菓子を作ってみませんか。

## 3月14日 お楽しみ会

1年間の活動を振り返ります。

費用やお申込み方法などは、詳細が決まり次第お知らせします。



※ 都合によりテーマや講師が変更になる場合があります。ご了承下さい。

※ 7月は第1火曜日、12月は第3土曜日の開催です。ご注意ください。