

令和8年度年度途中開講 タメシバ・シニア教室開講予定一覧

※施設の改修工事により実施場所等が変更になる場合がありますので、各福岡100プラザにお尋ねください。

番号	実施場所		種目	教える人から教室PR	材料費等	実施日時	年間 実施 回数	定員
1	シタ バメ	プラザ西	生成AI	初心者向けの生成AI教室です。この機会に日々の生活に役立つ生成AIに触れてみませんか？皆様のご参加お待ちしております。	資料コピー代 100円／回	9月5日（土）、19日（土） 10月3日（土） 全日とも13:00～14:30	3	15

番号	実施場所	種目	教える人から教室PR	材料費等	実施日時		年間 実施 回数	定員
					曜日	時間		
1	プラザ西	絵ハガキ	ハガキという小さなキャンパスに、皆で楽しく四季折々の好きな絵を描いてみませんか？	絵具、ハガキ、絵筆、水入れ、雑巾、敷物（汚れ防止）	1234木	13:00～15:00	28	20
2	プラザ西	健康寿命を延ばす楽しい脳トレ音読教室	音読は、「脳トレ」「オーラルフレイル対策」「感情の解放」「健康寿命をのばす」大切な習慣のひとつです。声を出して健康寿命を延ばしましょう。	動きやすい服装、水分	12水	10:30～12:00	14	15