

令和7年度 大人カフェ事業プログラム

原則：木曜日 午前

回	月日	内容	講師等	部屋
1	4月24日	開講式 健康長寿の秘訣とは？ フレイルを防ぐ食生活と栄養入門	健康づくり課	文化室
2	5月8日	心と体を整えるピラティス♪	飯田理香氏	ホール
3	5月22日	藤沢宿の魅力を探る 散策準備講座	江の島藤沢ガイド クラブ・三村信氏	文化室
4	6月5日 (予備日 6月6日)	藤沢宿散策・魅力再発見！ 歴史を辿るガイドツアー (約2～3km歩きます)	江の島藤沢 ガイドクラブ	
5	6月19日	インターネット被害未然防止講座 ～危険を知り守る知識を学ぶ～	NPO情報セキュリ ティフォーラム・ 廣瀬由美氏	文化室
6	7月3日	笑いの力で元気に！ 落語の世界へようこそ	鈴木睦 氏	ホール
7	7月17日	閉講式 ふりかえり	職員	文化室

※講師等の都合により内容・日程等変更する場合があります。