



福岡100プラザ中央通信

福岡
100
プラザ中央

～10月 イベント(講座&相談)のご案内～

令和7年10月1日発行 ※講座は申し込みが必要です。窓口またはお電話でお申し込み下さい。休館日を除く(9:00～18:00)
※福岡市在住で原則60歳以上の方が対象です。(一部対象年齢が異なる場合あり)

10月1日から申し込み受付開始！



10月15日から申し込み受付開始！



「初心者さんの終活・遺言
の始め方講座」(全3回)

10/25(土)、11/29(土)、
12/13(土)

各回とも13:00～14:30

先着10名

※生前の備えや、相続と遺言書について
学びます。



各種相談(個別相談)

シニア・キャリアカウンセリング

10月1日(水)13:00～17:00

健康相談

10月22日(水)13:30～15:30

「すこやか健康講座」(全12回)

11/ 8(土)、11/15(土)、
11/22(土)、11/29(土)、
12/ 6(土)、12/13(土)、
12/20(土)、12/27(土)、
1/10(土)、1/17(土)、
1/24(土)、1/31(土)

各回とも13:30～15:00

先着18名

※「健康寿命」、「生活習慣病」、
「がん」、「フレイル」「こころの
健康」「うつ病」、「認知症」など、
テーマごとに体系的に学んでいきます。



「80代からのスマホ講座」

11月2日(日)13:00～14:30

先着10名 ※対象80歳以上

※ご自身のスマホを持参



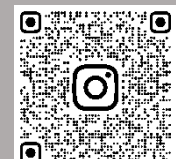
福岡100プラザ中央 公式アカウント

公式アカウント

H P

LINE

Instagram



※10月の合同発表会情報は
裏面をご覧ください！

<10月の休館日> 6日(月)、13日(祝・月)、14日(火)、20日(月)、27日(月)

裏面につづく ➡