

楽しめるプログラムが 満載

要予約(原則60歳以上) このマークがあるプログラムは下面の問い合わせ先にお申し込みください

チャレンジ プログラム

1F 交流スペース

■グリーン体験コーナー

「コケ玉坊や」づくりにチャレンジ!
GooDayのグリーンアドバイザーが育て方のポイントも教えてくれます!体験記念として福岡市で育った木を使ったオリジナルコケ玉置きをプレゼント!自分らしい「コケ玉坊や」を作ろう!



1F DIYルーム

■DIY体験コーナー

レーザーカッターを使用する小物づくり体験!最新機器を使用した本格的なDIY体験を提供します!ぜひチャレンジを!



1F キッチンスペース

■料理教室 要予約(原則60歳以上)

香住丘校区食生活改善推進協議会(ヘルスメイト)による料理教室です。(実費負担700円)「鶏の南蛮おろし添え」と東区特産品の箱崎小町(ネギ)を使った「野菜たっぷりの味噌汁」「旬野菜のぬた和え」などを作ります。講師が優しくサポートするので料理をされない方でも大歓迎です。

1F 交流スペース

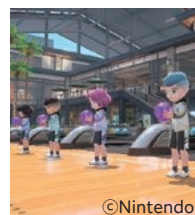
■AI体験コーナー

今話題の生成AIを体験してみよう!初心者でも簡単に音楽を作ったり、動画を作ったりできます。生成AIを相棒にできるチャンス!



■デジタルゲーム体験コーナー

Nintendo Switchのゲームやグランツーリスモ7を使っておとなもわくわく楽しいゲームで遊んでみよう!世代を超えて人気のあるデジタルゲームをこの機会に体験して盛り上がりよう!



©Nintendo

2F 研修室8

■教室体験

本格的な作品作りができる「バルーンアート(実費負担200円)」「折り紙(無料)」教室の体験ができます。



■健康体験

InBody(体成分分析装置)や専用機器を使用した健康測定(血管年齢・脳年齢)、ミニ健康相談会など実施します。(東区事業者ネットワーク協力)



ステージ プログラム

福岡100プラザ東のシニア教室講師や地域の方による本日限りの特別ステージイベントです!

■11:05~11:35 「能とりもの」

青山舟月先生(シニア教室(三味線)の講師)×ホルスト氏(福岡女子大学教授)の本日限りの特別舞台!必見!



■午前の部(11:35~11:55)

フラダンス、日舞(花柳流)



■午後の部(13:00~14:15)

絵本朗読、香住ヶ丘保育園児による歌披露、フラダンス、唱歌のピアノ演奏、日舞(藤間流)



※11:55~12:05と13:35~13:45には、理学療法士等による健康体操ミニ教室を実施。奮ってご参加ください!

おもてなし・販売コーナー

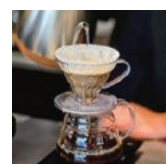
1F 和室

茶道教室によるお茶会を実施します。ゆったりとしたお時間をお過ごしください。(実費負担200円)



1F 交流スペース

特養なごみの里から、木村珈琲が出張喫茶を実施します。丁寧に淹れる珈琲を味わってみよう。(実費負担100円)



1F 玄関ホール/ 2F 研修室9

スリランカのキーマカレーやおでん、からあげ、おにぎり、和菓子、健康飲料などの販売予定。手作り雑貨の販売も予定しています!

