

宇部市立第二人生高校 男子校

Daini Jinsei High School

忘れかけていた青春が、再び —。

忙しく駆け抜けてきた日々がひと段落して、
時間に少しゆとりができた男性へ。
誰かのために捧げてきた時間を、
これからはじっくり自分に使ってみませんか。

自分の生活について、身体について、趣味について、
もう一度楽しく学べる学校が、ここに始まります。

活動内容は
こちらから



1期生の声（令和5年度卒業生）

- ・グラウンドゴルフは、高齢者がするものだと思っていたが、やってみると楽しかった。
- ・サロンとかに興味はなく、家にいることが多かったが、外への興味がわいてきた。

1期生のご家族の声

- ・コーヒーは習ったことを忠実に説明しながら入れてくれた。ドリッパーも毎日使っている。
- ・これまで全く料理をしなかったが、家庭科の授業で習ったものや簡単なスープを週1回ぐらい作ってくれるようになった。

申込期間

令和6年4月12日（金）～令和6年5月13日（月）

定員

20人（先着順）

対象

60歳以上の男性

受講料

基本的には無料ですが、講義内容により材料費等が発生します。

開校期間

令和6年5月27日（月）～令和6年8月19日（月）

予約は、右記の2次元コード・
電話で受付けます。



連絡先

宇部市健康福祉部 高齢福祉課

TEL 0836-34-8303

令和6年度授業一覧

専門の講師による指導の下、全7科目を実施します。身体のこと、趣味のこと、これからの自分について、楽しく学びましょう。

体育

令和6年5月27日（月）
10時～11時30分
総合福祉会館
※ 9時30分～10時に
入学式を行います。

誰でも、簡単、レクリエーション

自分の体力の現在値を確認して、効果的な運動方法を学ぼう。（※ 走ったり跳んだりはありません）

体育

令和6年6月3日（月）
9時30分～11時30分
蛭子公園（雨天時は
西部体育館）

二高マスタース（グランドゴルフ編）

健康遊具で身体をほぐした後は、公園でもいっきりグランドゴルフを楽しもう！

家庭科

令和6年6月20日（木）
13時30分～15時30分
山口合同ガス宇部支店
「ひまわり館」

男子厨房に入るべし！男の料理教室

へら塩ベジうべ作戦による、晩酌用おつまみを作ろう！塩分を減らすこと、野菜摂取の大切さを学ぼう。

参加料：800円（材料費他）

音楽

令和6年7月11日（木）
13時～15時
総合福祉会館

ボイストレーニングで、カラオケ達人！

楽しく歌いながら、身体を動かすスポーツボイスを実践します。お腹からしっかり声を出して、若い頃の声を取り戻そう！

家庭科

令和6年7月25日（木）
13時30分～15時
フタマタセコーヒー
（永山本家酒造場2階）

違いが分かる 男のコーヒー教室

コーヒーに関する知識や淹れ方を学び、自分だけでなく周りの人も幸せになれる最高の一杯を淹れよう。

参加料：1,000円程度（材料費他）

図工

令和6年7月31日（水）
13時30分～15時30分
YICリハビリテーション
大学校

マイクラフト！コーヒードリッパー

木材を使ったモノづくり教室。切って、削って、組み立てて、思い出に残るモノを完成させよう！

参加料：1,000円程度（材料費他）

学級活動

令和6年8月19日（月）
10時00分～11時30分
総合福祉会館
※ 11時30分～12時に
卒業式を行います。

自分探し、自分発見！

自分のいいところを探し、自分の生き方を模索し、新しい自分の生き方にチャレンジしてみよう！