

5月開講

シニア世代の  
学びを応援

令和5年度

えいじゅだいがく

# 栄寿大学講座 受講生募集



この講座は、シニア世代が元気に楽しく学び、交流し、生きがいのある生活を送ることを目的に開催します。

真室川町内にお住まいであれば、どなたでもご参加いただけます。

## 内容（詳細は裏面）

- 健康や趣味など、日常に張り合いをつくる講座
- 視察研修、おたのしみ会での交流
  - ・各講座で実費負担が発生する場合があります。
  - ・申込集約後に、開講式の日程をご案内します。



開講式



趣味講座



視察研修



お楽しみ会

**主会場** 真室川町中央公民館

**年会費** 2,500円

（開講式当日にいただきます）

## お問合せ・申込先

真室川町中央公民館

電話 62-2305 FAX62-2306

申込集約 4月28日（金）

**主催** 真室川町教育委員会・栄寿大学講座運営委員会・真室川町中央公民館

**主管** 栄寿大学講座運営委員会 **後援** 真室川町老人クラブ連合会

キリトリ

## 令和5年度栄寿大学講座 申込書

ふりがな	生年月日	電話番号
氏名	年 月 日	
住所	地区名	
真室川町大字		

※ご記入いただいた個人情報は、当事業に関係することのみ使用いたします。

# 栄寿大学の各種講座を紹介します

## 中央講座



開講式・閉講式の際に、様々なテーマの講師をお招きし、張り合いのある生活づくりについて学びます。

## 趣味講座 (講座は自由に選べます)



### ◆軽スポーツ教室(第1月曜日予定)

グラウンドゴルフ、屋内スポーツなどを行います。気軽に運動が楽しめます。



### ◆民謡歌謡体操教室(第4月曜日予定)

民謡や歌謡曲に合わせた振り付けで、楽しく健康的に踊ります。



### ◆押し花教室(第3火曜日予定)

色とりどりの押し花を使って、はがきやコースターなどを作ります。



### ◆ヨガ教室(第2金曜日予定)

年齢に合わせた無理のない動きで、体と心を整えます。



### ◆手芸倶楽部(第1火曜日予定)

色とりどりの布を使って、つるし飾りや人形を中心に制作します。



### ◆文芸倶楽部(第4木曜日予定)

絵手紙や川柳、ゆる文字など、楽しみながら作品づくりをします。

## その他講座など



### ◆研修視察

思い出づくりと交流をかねて、日帰りの研修視察を行います。



### ◆おたのしみ会

講座あり、出し物ありで、昼食をはさみながら会員同士の交流を図ります。

講座内容は、諸事情により変更・中止になる場合があります。