

アクティブシニアをめざす

湖南省100歳大学受講者募集

急激な高齢化を迎える湖南省で、人生100歳時代をいかに生きるか、多彩な講師陣や同年代の仲間と一緒に学びませんか。

■対象 市内在住のおおむね60歳～70歳の人

基礎講座（全5回）

【第1回】9月23日（金） 午前10時～正午

人生100歳時代をいかに生きるか～湖南省の現状と未来～

講師：國松善次さん（滋賀県健康生きがいづくり協議会理事長）

【第2回】10月21日（金） 午前10時～正午

元気な高齢者を生み出す地域づくり～新高齢者社会の創造～

講師：宮川俊夫さん（（一社）健康・福祉総研理事） ほか

【第3回】11月4日（金） 午後1時30分～4時

これからの心と体の健康づくり①～シニアのための睡眠学～

講師：宮崎総一郎さん（睡眠・認知症予防プロジェクト中部大学推進センター） ほか

【第4回】12月（日程未定） 午後1時30分～4時

これからの心と体の健康づくり②～今日から始める健康長寿の秘訣～

講師：環愼二さん（甲西中央クリニック）

【第5回】3月10日（金） 午後1時30分～4時…修了式

■場所 保健センター

■定員 30人（先着順）

■申込方法 8月19日（金）までに電話で問へ。

選択講座

・男性の料理教室

（全5回、定員14人）

・水中ウォーキング体験講座

（全4回、定員20人）

・インターバルウォーキング教室（全5回、定員20人）

※選択講座の詳しい日時などは問い合わせてください。

※選択講座のみの受講もできますが、基礎講座受講者優先となります。

問地域包括支援センター（高齢福祉課）
〔保健センター〕

☎71・4652 FAX72・1481

10月29日土～30日日開催 湖南省文化祭 出演者・出品者募集

市民の皆さんが日頃取り組んでいる文化・芸能活動の成果を発表する祭典です。公演と展示、体験コーナーを中心に多彩な催しを行います。

■会場 石部文化ホール・石部まちづくりセンター

■応募資格

- ・市内に在住か在勤・在学する人（中学生以下は保護者が申し込み）
- ・市内で活動する文化団体に属する人

※出品・出演する団体と個人は、文化協会会員、一般参加に関わらず準備・後片付けも含めて実行委員として運営に関わっていただきます。

■出演料（公演の部） 1人当たり500円

■出品料（展示の部） 1人当たり200円

※部門や規格、申込日など詳しくは、各まちづくりセンターに8月中旬頃に設置する募集要項（申込書）をご覧ください。

問生涯学習課（西庁舎） ☎77・6250 FAX77・6253



▲演奏



▲展示