

2025年度 上期(4月～9月)

# いきいきセカンドライフ講座

## ～ずっと元気で幸せな毎日を！～

日にち	講座名	内容
4月17日 (木)	<b>健康づくり講座</b> ～認知症対策、みんな何を しているんだろう?～ 【講師:伊奈 俊博】	これまで認知症予防として食事、運動、脳トレ、睡眠などを学んできました。みなさんはどんな予防対策をしていますか? みんなで共有しましょう。
5月15日 (木)	<b>ポッチャで遊ぼう</b> 【講師:茅野 茂樹】	ポッチャは運動能力に障がいがある競技者向けに考案され、パラリンピックの競技でもあります。年代・性別を問わず楽しめます。みんなで、レッツ遊ポッチャ!
6月19日 (木)	<b>金融トラブル対処法</b> 【講師:財務省東海財務局】	オレオレ詐欺、振り込め詐欺にあわないための対処法のお話です。わたしは大丈夫!ではありません。
7月17日 (木)	<b>ぬり絵</b> 【講師:茅野 茂樹】	脳も手先もしっかり使って、自由な色彩を楽しみながらおとなのぬりえをしましょう。
8月21日 (木)	<b>コグニサイズ</b> 【講師:茅野 茂樹】	脳と身体を同時に使うことによって、脳も身体も活性化します。失敗が楽しい! おおいに笑って、認知症予防しましょう。
9月18日 (木)	<b>インクルーシブダーツ</b> 【講師:鈴木 和則】	0才から100才以上でも、障がいがあってもなくても、運動が苦手でも、はじめてでも、誰でも楽しめるダーツ。違いを認め合いこころのバリアフリーを目指しましょう。

**時間** ①午前の部(10時～11時30分) ②午後の部(13時30分～15時)  
※①または②を選んでください。 ※講座により30分程度の延長あります。

**会場** 瀧上工業雁宿ホール 第3会議室 他

**対象** どなたでも

**定員** ①②ともに各20名 ※定員になり次第締め切ります。

**持ち物** 都度、講座にてお伝えします。

**参加費** 1,000円(6か月分)

**申込み** 下記申込み先へ お電話・FAXでお申込みください。  
\*申込み受付開始: **3月21日(金)10時～**

※諸事情により、日時や内容等が変更となる可能性があります。

講座協力 (一社)Do Can ふれあいねっと

【問合せ・申込み】半田市社会福祉協議会 ボランティア地域ささえあいセンター  
半田市雁宿町1-22-1(半田市文化会館内)  
TEL:0569-25-0002 / Fax:0569-32-3435

2025年度 上期(4月～9月)

# いきいきセカンドライフ講座

～ずっと元気で幸せな毎日を!～

## 参加申込み書

参加者名	
住所	〒 -
連絡先	
希望する時間	希望する時間に✓をつけてください。 <input type="checkbox"/> ① 午前の部(10時～11時30分) <input type="checkbox"/> ② 午後の部(13時30分～15時)
備考	

※諸事情により、日時や内容等が変更となる可能性があります。

【問合せ・申込み】

半田市社会福祉協議会 ボランティア地域ささえあいセンター

半田市雁宿町 1-22-1(半田市文化会館内)

TEL:0569-25-0002 / Fax:0569-32-3435 /