



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
10月15日 (木)	シニア向けお金の話 【講師:J-FLEC】	セカンドライフを有意義かつ快適なものとするために知っておきたい資産寿命の延伸やそのために活用できる制度、終活のメリットやポイント、また近年増加している金融トラブルについて学びます。
11月19日 (木)	絵手紙 【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、来年の干支「未」などを題材に絵手紙を作りましょう。
12月17日 (木)	みんなで歌おう 冬のうた時間 【講師:茶谷礼子】	クリスマスやお正月の歌を中心に、懐かしい冬の名曲をみんなで歌いながら、座ったままでもできる簡単な体操や手の動きを取り入れます。気分転換、脳の活性化、転倒予防にも効果的なやさしい健康講座です。
1月21日 (木)	認知症予防のその先へ ～安心して暮らせる 地域づくり～ 【講師:伊奈俊博】	「認知症予防」を学ぶ機会が多いですが、今回は「認知症になっても大丈夫にするには？」を学び、安心して暮らせる地域づくりについて一緒に考えましょう。
2月18日 (木)	インクルーシブダーツ 【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、誰でも一緒に楽しめるダーツ。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。
3月18日 (木)	モルックで遊ぼう 【講師:茅野茂樹】	12本の棒(モルック)を投げて倒す、フィンランド発祥の競技です。2チームに分かれて得点を競います。

- ◆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分程度延長する場合があります。
- ◆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回分) ※講座によって別途料金をいただくことがあります。
- ◆申込み : 下記申込み先へ電話・FAXでお申し込みください。受付開始9月17日11時～
※諸事情により日時や内容などが変更となる可能性があります。

講座協力 (一社)DoCan ふれあいねっと

【問合せ・申込み】半田市社会福祉協議会 地域ささえあいグループ
半田市雁宿町1-22-1(半田市文化会館内)
☎0569-25-0002/FAX0569-32-3435



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！～

参加申込書

お名前	
ご住所	〒
ご連絡先	
参加希望時間	<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)
その他	

※諸事情により日時や内容が変更となる可能性があります。