

《人生100年時代》の
「まなび」の場に参加しませんか！

受講生募集
(要予約)

生涯現役カレッジ

- 令和4年度の選択コースとして下記の4コースで受講生を募集します。
- 各コースは、座学・体験学習・意見交換を交えて開催します。
- 各コースで全日程を受講された方には、受講証を交付します。(コース④を除く)
- 受講後は学びを生かせる場の相談ができます。



コース① たまご(他 孫)育てコース (全3回)

子どもの成長を楽しもう

- 全日程 13:30~15:30
- 市役所本庁舎

8月8日(月) 祖父母世代が大活躍、絵本の読み聞かせ
8月22日(月) 孫世代とのかかわり、遊びで育つ子ども
8月29日(月) 身の回りの物で楽しく遊ぶ、活動事例紹介

コース② 家庭菜園デビューコース (全3回)

育てて食べて楽しもう

- 全日程 13:30~15:30
- 湊地区公民館

10月5日(水) プランターで栽培する秋植え野菜
10月19日(水) 園芸療法と心とからだ
11月9日(水) 季節毎に楽しむ野菜作り、活動事例紹介

コース③ 人生100年お達人コース (全3回)

高齢期を充実させよう

- 全日程 13:30~15:30
- すいせんホーム

6月16日(木) 高齢期と体の変化感染症の理解と対策
6月23日(木) 介護施設での社会貢献活動
6月30日(木) 車イスの扱い、傾聴支援、活動事例紹介

コース④ 働くシニア応援コース (全1回)

働きたいを実現しよう

- 日程 13:30~15:30
- 市役所本庁舎

10月6日(木) 自分に合う仕事の見つけ方、活動事例紹介
履歴書の書き方
面接時の立ち居振る舞いと身だしなみ

※申込の詳細については裏面へ

(令和4年度開始)

対象 60歳以上の市民

構成 座学・体験学習・意見交換

コンセプト

社会での活躍に活かせる学びの場
「おもしろポイント制度」・「働くシニア応援プロジェクト」等で活躍

学ぶ意欲や新たなことへの好奇心が
健康寿命を延伸させる効果が高い

※コース④は、受講者を
追加募集しています