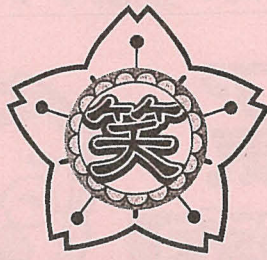


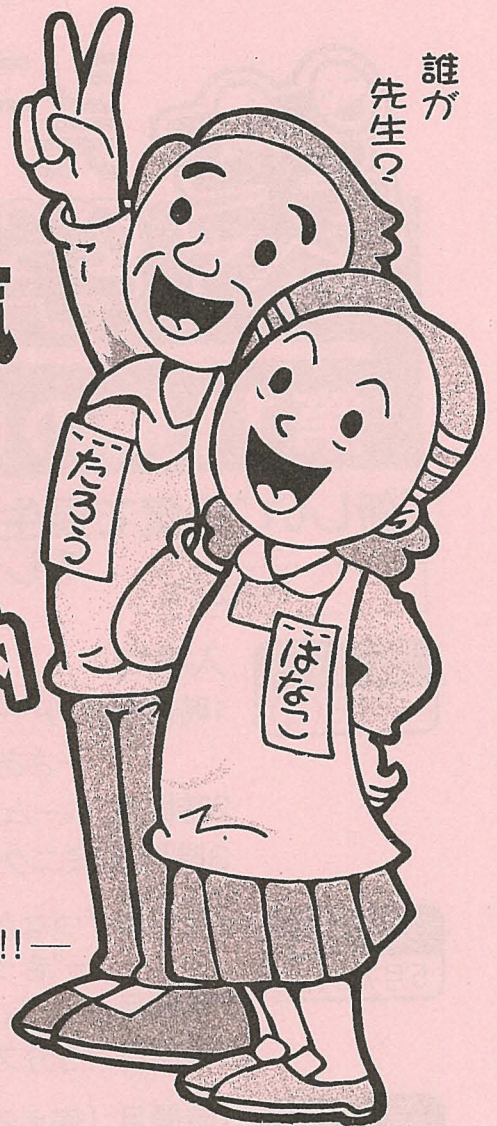
4月3日開校  
全4日間



# シニア元気 笑学校

つながる・備える・楽しむ

第11期生募集のご案内



入学試験なし、シニアよまず来たれ

— 装いも新たに「PP-K方程式」を楽しく解き明かしましょう!! —

## 時間割

1時間目 13:20～14:20(授業:裏面参照)  
14:20～14:25(軽体操)

2時間目 14:35～15:30(ホームルーム、グループごとにおしゃべり)

3時間目 15:40～16:30(希望者の15分スピーチ、ミニクラブの案内、連絡)

■第11期の「日程」は〈裏面〉に記載してあります。

※授業料(教科書、お茶を含む)は、回数券として4回分3,000円、当日限りは、1,000円で、当日お支払いいただきます。(この回数券は12期まで使用できます)

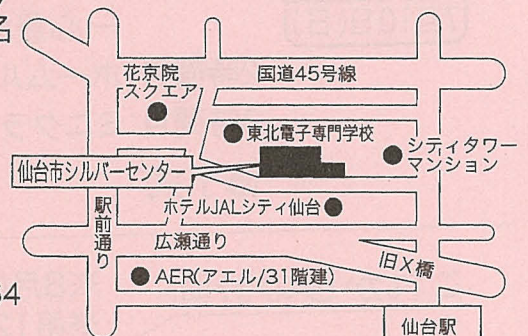
※事前申し込みの必要はありません。(ただし、当日先着150名で締め切ります。)

## 場所

仙台市シルバーセンター 7階第1研修室  
仙台市青葉区花京院一丁目3-2 Tel 022-215-3191

## 問合せ

「シニア元気笑学校・事務室」 菅野 定明(自宅)  
仙台市宮城野区榴岡3-2-5-503 電話・FAX 022-291-5964



## 高齢社会の課題

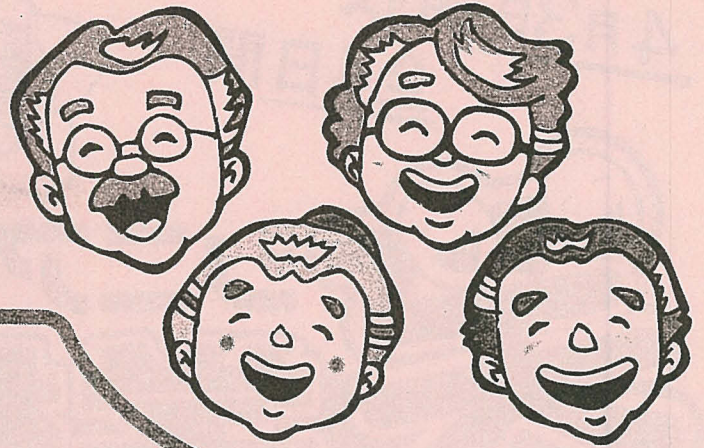
無縁社会、所在不明、ひとり暮らし、孤独死、寂しい、仲間が欲しい、不安がある

↓  
どうするか

- ① 家族・地域・仲間などと、つながること
- ② いずれ来る“いざ”に、備えること
- ③ 大事なこの一生を、精一杯楽しむこと

# 笑学校

## シニア 元気



### 第11期の日程

「新しい“元気で長生き”」

をしっかりと学びあいましょう!!

平成23年

#### 第1日目 入学式

4月3日(日)

- 1時間目:「PP-K方程式=(つながる+備える+楽しむ)×熱い思い」  
 ーさあ、新方程式で超高齢社会を元気に楽しく生きましょう!  
 2時間目:ホームルーム「PP-Kを目指して、私はこのように生きたい」  
 3時間目:ミニクラブ活動報告、連絡事項など

#### 第2日目

5月7日(土)

- 1時間目:「つながる=“つながる・きっかけ”のいろいろ」  
 ー“きっかけ”づくりは、熱い思いと少しの勇気から!  
 2時間目:ホームルーム「私が体験した・始めたい“きっかけ”づくり」  
 3時間目:15分スピーチ、ミニクラブ活動報告、連絡事項など

#### 第3日目

6月12日(日)

- 1時間目:「備える=日常生活の整理、あちらへ行く前の整理」  
 ー整理は“いずれ、そのうち”なんて言っていていいの?  
 2時間目:ホームルーム「私が取り組みたい整理は何だろうか」  
 3時間目:15分スピーチ、ミニクラブ活動報告、連絡事項など

#### 第4日目

7月10日(日)

- 1時間目:「お交際つきあいの原点は笑顔から」  
 ー心豊かな老後のために、備えたいもの!  
 2時間目:ホームルーム「たのしい経験、にがい体験などを語りましょう」  
 3時間目:ミニクラブ活動報告、連絡事項、みんなで歌いましょう!

修了式

これからの計画

※8月に「暑気払い」、10月に「いも煮会」を開催する予定です。  
 ※第12期は、平成23年9月から開校する予定です。

#### 活動中のミニクラブ(部活)

ミニクラブ名	代表者	ミニクラブ名	代表者
カラオケクラブ	遠藤 兎子	酒をこよなく愛する会	八巻 栄三
楽歩会	有住亀代治	ジャズを楽しむ会	祭城 力
日帰り温泉(ゆっこの会)	狩野 宏	ダンスクラブ	齋藤 峯子
詩吟クラブ	菅原 道寛		