

4月8日 開校
全4日間



シニア元気 笑学校

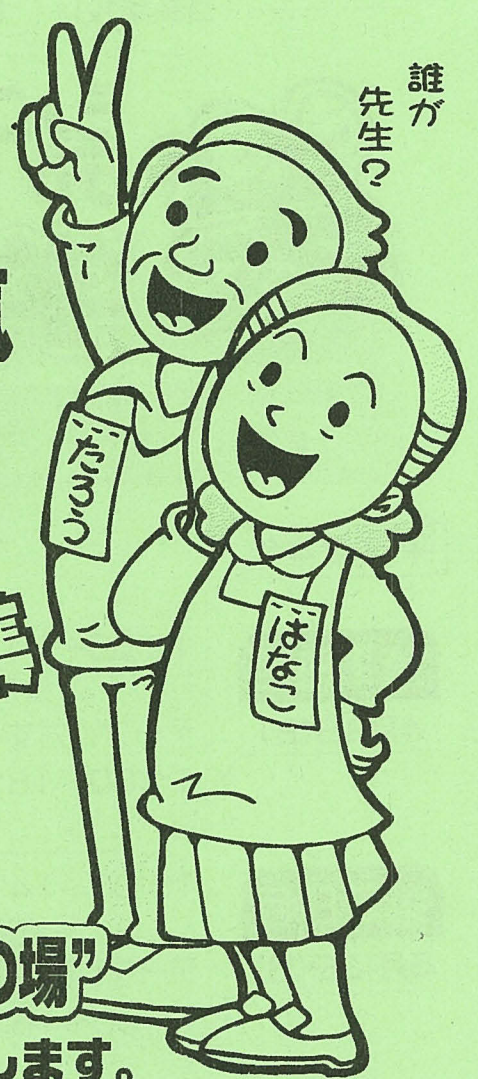
つながる・備える・楽しむ

第13期生募集

全国でも珍しい

講座と“サロン絆”を組み合わせた

シニアが 学んで・得して・楽しめる“遊びの場”



誰が先生?

◆第13期の「日程と学科など」は (裏面)に記載してあります。 **がスタートします。**

第1部13:00~14:15 ミニ講座30分・質疑と交流35分・実習10分程度
場所:シルバーセンター7階・第1研修室、授業料:500円、先着90名

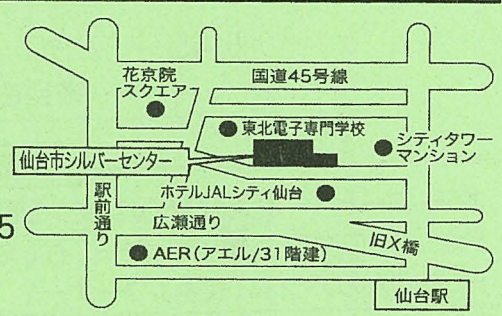
第2部14:30~16:00 サロン (出入り自由)
場所:シルバーセンター7階・第1研修室、入場無料、入場数は120名程度

■場所は同じですが、第4日目(7月1日)は、特別時間割となり、最後に希望者によるパーティー(500円)があります。

第1部、第2部、パーティーとも事前申込みは不要です。

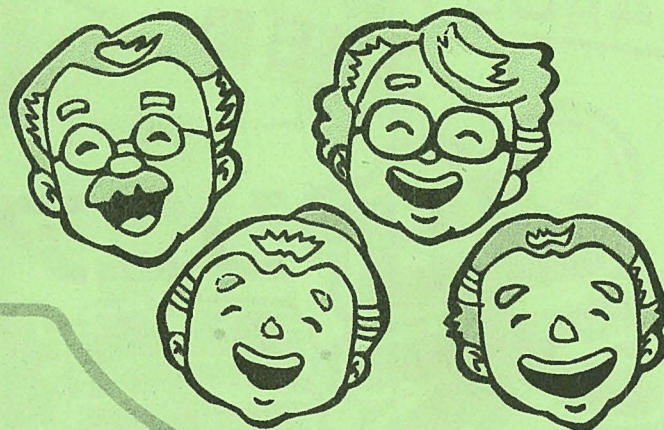
場所 仙台市シルバーセンター 7階第1研修室
仙台市青葉区花京院一丁目3-2
Tel 022-215-3191

問合せ 「シニア元気笑学校・事務室」 渡辺源治(自宅)
仙台市太白区鹿野本町18-35 Tel 022-248-3765



主催:シニア元気笑学校 協賛:社団法人 仙台市老人クラブ連合会

笑 シニア 学校



第13期の日程と学科

平成24年

第1日目

4月8日(日)

13:00~14:15 **ミニ講座**「大震災に対するわが家の備え」30分
※“わが家の備え”は充分か、もう一度見直してみましょう。
テーマに対する質疑と交流35分、メモを書く(提出不要)10分
14:30~16:00 **サロン**—展示:災害写真・防災品(カタログ等)
コーナー:地域防災の紹介

第2日目

5月13日(日)

13:00~14:15 **ミニ講座**「心が折れそうになった時のヒント」30分
※渡辺校長が“悩みや不安を小さくする”具体策を話します。
テーマに対する質疑と交流35分、メモを書く(提出不要)10分
14:30~16:00 **サロン**—展示:写真、花
コーナー:ミニ盆栽

第3日目

6月3日(日)

13:00~14:15 **ミニ講座**「足腰が痛みだす前と後の処方」30分
※松田病院の宮城県理学療法士会会長が実例を解説し質問に答えます。
テーマに対する質疑と交流35分、メモを書く(提出不要)10分
14:30~16:00 **サロン**—展示:リハビリのパンフ
コーナー:健生薬局(仙台市薬剤師会会員)の漢方薬紹介・体組成形で6種の測定

第4日目

7月1日(日)

13:00~14:15 **ミニ講座**「遺言メモから遺言書の作り方」30分
※元気なうちに“遺言”を決め、これからを安心して生きよう。
テーマに対する質疑と交流35分、メモを書く(提出不要)10分
14:30~16:00 **サロン**—展示:贈与・遺言・相続の冊子(無料配布)
コーナー:南吉成地域包括支援センター
15:45~17:30 **パーティー**—希望者・500円
※自由な“ふれあい”、童謡など・みんなで歌いましょう。

4回とも毎回行うもの

お茶・コーヒー・抽選会(ジャンケン2回)、シルバー遊戯(輪投げ、ダーツ、ラダーゲッター)、ドキドキ・ワクワク(博)コーナー、住いコーナー、授産所の販売コーナー、HONDAのアシモ(模型)コーナー、“人とつながる”ふれあいテーブル、寄付箱