

# こもろシニア教室

健康で明るく豊かな生活を送るために、楽しい仲間づくりを進めながら、シニアとしての生き方や役割を学ぶ教室です。多くの方のご参加をお待ちしております。(こもろシニア教室運営委員会)

- ◇時 間 午前10時20分～午後2時50分 ※受付9時30分～
- ◇会 場 小諸市文化センター、糠塚園 (6/14、10/18、11/8、11/29、1/17)
- ◇参加資格 市内60歳以上の方 ◇費 用 運営費 年間300円(他に野外学習は参加費、選択学習は材料費等が必要になります。)
- ◇持 ち 物 筆記用具、お弁当・湯茶 ※お弁当の注文も受け付けます(9:50まで)
- ◆申 込 み 各区高齢者クラブ会長/小諸市文化センター ☎23-8880

(随時受付)

回	期日(★糠塚園)	講 座 内 容 (午 前)	講 座 内 容 (午 後)
1	5月17日(金)	開講式/小諸市複合型施設について	童謡・唱歌
2	5月31日(金)	四季の薬膳	小諸図書館について
3	6月14日(金)★	高齢者のための交通安全	いきいきさわやか人生を…健康寿命を伸ばそう!
4	6月21日(金)	春の野外学習 上越市立水族館「うみがたり」他	
5	7月5日(金)	ウクレレで認知症を予防しましょう	家族に想いを伝える エンディングノート
6	7月26日(金)	身近な活火山 浅間山	小諸市の防災
7	8月9日(金)	KOMORO HISTORY	小諸で3世代同居して30年が経ちました
8	8月30日(金)	酒造りに関わって(仮)	川柳・絵手紙・紙日傘
9	9月20日(金)	アコーディオン演奏	川柳・絵手紙・紙日傘
10	10月18日(金)★	自分の体は自分で守る	青春の歌
11	11月8日(金)★	落語	ふれあい交流会(野岸小学校)
12	11月29日(金)★	地域の中で考える老い支度	特殊詐欺被害の現状と対処法(訓練型)
13	12月13日(金)	法話	今年度の反省
14	1月17日(金)★	閉講式	懇親会

※この他に、教室生有志による自主活動として研修旅行が計画されています。【期日】9月11日(水)、12日(木)会津若松方面

## 第39回小諸市民大学

今年度も、現在の日本、地域に問われている諸課題について、多様な分野の講師をお招きし、興味深い楽しい講義を企画いたしました。(小諸市市民大学運営委員会)

- ◇日 程 7月19日(金)～9月27日(金) 全8回
- ◇場 所 小諸市文化センター(第4回は安藤百福センター駐車場集合、第5回はステラホール)
- ◇時 間 午後7時～9時まで  
(第1回講義開講式は午後6時30分から、第8回講義は午後6時45分から)
- ◇受 講 料 3,000円(資料集・報告集代)  
※第2回、5回講義は単独で受講可能(ただし資料代1,000円)
- ◆申 込 み 小諸市文化センター ☎23-8880  
(随時募集) ※講師、講義題目については一部変更する場合があります



回	期 日	講 師	講 義 題 目
1	7月19日(金)	共同通信社論説委員 太田 昌克	アメリカはどこへ向かうのか ～日本の対米関係を考える～
2	7月28日(日) ※小諸市文化会館	コメディアン 松元 ヒロ	笑いすぎにご注意!「憲法くん」～永六輔、井上ひさしも絶賛～
3	8月9日(金)	(株)テムズ代表取締役 鷹野 義昭	テレビCMのウラオモテ ～マーケティング戦略で小諸を変える!～
4	8月18日(日)	安藤百福センター 小島真一・氷風穴保存会	社会見学と受講生のつどい 安藤百福センターと氷風穴を知る
5	8月25日(日) ※ステラホール	明治学院大学教授 高橋源一郎	ぼくらの民主主義なんだぜ・2019
6	9月13日(金)	日本自然科学写真協会会長 海野 和男	世界に虫を追って考えたこと ～人の暮らしや環境について～
7	9月20日(金)	ビジネス開発ディレクター オースチン・オーガー	異文化を学ぶ～世界中の人々との交流を通じて～
8	9月27日(金)	作家 大川 公一	過去の記憶を掘りおこし、未来を拓く 一小諸義塾の青年たちの夢一