

2024
年度

横浜シニア大学

金沢区

〈申込期間〉
4月1日(月)
～30日(火)

受講生募集！人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

合同共通講座 (会場 関内ホール)	5月22日 (水) 13:30 ～ 16:00	① 健康×医療 「80歳の壁」を超えて 和田 秀樹 氏 精神科医 和田秀樹 ことと体のクリニック院長 東京大学医学部卒業。高齢者専門の精神科医として、30年以上高齢者医療の現場に携わっている。『70歳が老化の分かれ道』、『80歳の壁』など著書多数 開講式もあります	
	7月17日 (水) 13:30 ～ 16:00	② 健康×生命科学 なぜヒトだけが老いるのか 小林 武彦 氏 東京大学 定量生命科学研究所 ゲノム再生研究分野 教授 九州大学大学院修了(理学博士)。生命の連続性を支えるゲノムの再生(若返り)機構の解明に取り組んでいる。著書に「なぜヒトだけが老いるのか」などがある。	
		③ 健康×スポーツ科学 自分と身体との向き合い方 武井 正子 氏 順天堂大学名誉教授・日本フェルデンクライス協会会長 お茶の水女子大学文教育学部卒業。幼児から高齢者まで幅広く健康・体力づくりの運動について、研究・実践指導を行っている。著書に「元氣をつくる シニアエイジの健康エクササイズ」などがある。	
自主講座	会場 晴嵐 かなざわ	④ 5月29日(水) 9:50～11:50 開講式 / 日常に起こる危険について ⑤ 6月12日(水) 9:50～11:50 肩こり腰痛ストレッチ ⑥ 6月26日(水) 9:50～11:50 金沢区の歴史 金沢町・六浦荘村から金沢区誕生へ ⑦ 7月10日(水) 9:50～11:50 詐欺・ITトラブル事例と対処について / 老人クラブ活動の概要 ⑧ 7月24日(水) 9:50～11:50 シニア大学についてのグループワーク / 閉講式	

※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件 ● 横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間 ● 4月1日(月)～30日(火)
申込方法 ● 受講申込書を下記の窓口へ提出。※電子メール可。詳細はかがやきクラブ横浜HP新着情報参照
(1)金沢区シニアクラブ連合会 (2)金沢区役所 高齢・障害支援課 (3)晴嵐かなざわ
※申込者が定員を超えた場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。
※受講決定後、5月16日(木) までに各区老人(シ)クラブ連合会にお支払いいただきます。
問合せ先 ● 金沢区シニアクラブ連合会 TEL 045-784-5121



主催:公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催:横浜市健康福祉局

✂キリトリ線

金沢区

2024年度 横浜シニア大学受講申込書

2024年 月 日

希望講座 ※一か所のみ ☑をつけてく ださい。	合同共通講座①②③ + 自主講座④⑤⑥⑦⑧ (すべて受講)	会 員	会員以外
	合同共通講座① 5月22日(水) のみ	☐ 1,000円	☐ 3,000円
	合同共通講座②③ 7月17日(水) のみ	☐ 1,000円	☐ 2,000円
	合同共通講座① 5月22日(水) + ②③ 7月17日(水)	☐ 1,000円	☐ 4,000円
フリガナ		〒	区
氏 名		住 所	
性別/年齢	男 ・ 女 / 歳	電話番号	— —
受 講 歴	☐ あり(回) ☐ なし	老人クラブ 加 入 状 況	☐ 加入している(クラブ名) ☐ 加入していない ☐ 加入を希望する

他区の会場、定員は裏面へ ➡

各区の会場と問合わせ先

区 名	会 場	定 員	曜 日	問合せ先 (各区老人(シ) クラブ連合会)
鶴 見	鶴寿荘	25	火	505-5581
神 奈 川	うらしま荘	30	火	313-1708
西	野毛山荘	50	火	451-3183
中	麦田清風荘	50	水	681-8480
南	南寿荘	30	金	713-8566
港 南	市消費生活総合センター ほか	60	木	841-0252
保土ヶ谷	保土ヶ谷公会堂	60	火	331-3322
旭	旭公会堂	45	火	360-5056
磯 子	磯子センター(喜楽荘)	30	木	752-3452
金 沢	晴嵐かなざわ	40	水	784-5121
港 北	港北公会堂	40	水	547-6506
緑	緑ほのぼの荘	40	金	933-1133
青 葉	ユートピア青葉	50	水	972-3076
都 筑	港北ニュータウンまちづくり館	50	火	944-1826
戸 塚	男女共同参画センター横浜 ほか	45	水	871-6084
栄	SAKAESTA(さかえすた)	20	水	894-8418
泉	泉寿荘	40	火	080-5524-3319
瀬 谷	瀬谷センター(和楽荘)	40	金	303-2845

※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

