




2024
年度

横浜シニア大学

旭区

〈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。

(会場 関内ホール) 合同共通講座	5月22日 (水) 13:30 } 16:00	① 健康×医療 「80歳の壁」を超えて 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	和田 秀樹氏 
	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 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。	小林 武彦氏 
		③ 健康×スポーツ科学 自分と身体との向き合い方 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。	武井 正子氏 
自主講座	会場	④ 6月18日(火) 9:30～11:30 旭区の歴史	
	旭公会堂	⑤ 6月25日(火) 9:30～11:30 歌うチャーミング体操 / 老人クラブ活動の概要	
		⑥ 7月 2日(火) 9:30～11:30 シニアのための相続	
		⑦ 7月 9日(火) 9:30～11:30 シニアのための食生活	
		⑧ 7月23日(火) 9:30～12:00 シニアに多いケガ・火災・事故 / 特殊詐欺撲滅のために / グループワーク	

※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に提出。※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)旭区老人クラブ連合会 (2)旭区役所 高齢・障害支援課
 ※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** ● 旭区老人クラブ連合会 TEL 045-360-5056



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

旭区 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		〒	-	
氏 名		住 所	区	
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 ➡

各区の会場と問い合わせ先

区名	会場	定員	曜日	問い合わせ先 (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、お越しく下さい。

