




2024
年度

横浜シニア大学

西区

〈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	<p>① 健康×医療 「80歳の壁」を超えて</p> <p style="text-align: right;">和田 秀樹 氏</p> <p>精神科医 和田秀樹 ところ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</p> <p style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 2px;">開講式もあります</p>	
	7月17日 (水) 13:30 ～ 16:00	<p>② 健康×生命科学 なぜヒトだけが老いるのか</p> <p style="text-align: right;">小林 武彦 氏</p> <p>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。</p>	
	7月17日 (水) 13:30 ～ 16:00	<p>③ 健康×スポーツ科学 自分と身体との向き合い方</p> <p style="text-align: right;">武井 正子 氏</p> <p>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「元気をつくる シニアエイジの健康エクササイズ」などがある。</p>	
自主講座	会場 野毛山荘	<p>④ 5月28日(火) 10:00～11:45 シニアクラブの概要</p> <p>⑤ 6月 4日(火) 10:00～11:45 ライフプラン / おひとり様の老後リスクを考える</p> <p>⑥ 6月18日(火) 10:00～11:45 横浜市西区の歴史</p> <p>⑦ 6月25日(火) 10:00～11:45 資産管理 新ニーサを上手に活用しよう</p> <p>⑧ 7月23日(火) 10:00～11:45 グループワーク</p>	

※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しく下さい。

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)西区シニアクラブ連合会 (2)西区役所 高齢・障害支援課 (3)野毛山荘
 ※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ただきます。**
問合せ先 ● 西区シニアクラブ連合会 TEL 045-451-3183



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

西区

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		<input type="checkbox"/> 1,000円	<input type="checkbox"/> 3,000円
	合同共通講座②③ 7月17日(水) のみ		<input type="checkbox"/> 1,000円	<input type="checkbox"/> 2,000円
	合同共通講座① 5月22日(水) + ②③ 7月17日(水)		<input type="checkbox"/> 1,000円	<input type="checkbox"/> 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	<input type="checkbox"/> あり(回) <input type="checkbox"/> なし	老人クラブ 加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している(クラブ名) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する	

他区の会場、定員は裏面へ ➡