

# シニアのあした塾 2023

※あした塾の **あ** は歩く、**し** はしゃべる、**た** は食べる

人生 100 年時代。定年退職する 60 歳代は、いわば第二の人生の出発点でもあります。改めて、健康を考え運動し、地域の人と関わりを持って話をする、自分で作って食べることを共に学び、新たな自分の生き方を探しましょう!

1. 目的 社会の第一線を退き、時間的な余裕ができたものの、セカンドライフで自らの“生きがい”を中々見つけられないというシニア世代の方を対象に、この学習会を通して、自らの生きがいさがしに役立てていただくことを目的に進めます。
2. 主催 新鶴生涯学習センター
3. 対象 町内在住の 60 歳以上の成人 男性 10 名、女性 5 名 程度 (先着順)
4. 期間 令和 5 年 7 月～12 月の水曜日(10:00～11:30)を基本とします。
5. 経費 年会費 500 円 ※その他、学習にかかる材料費等は実費負担となります。
6. 内容 ※どなたでも気軽に参加いただける内容となっております。

期日	学習内容	講師
7月19日	開講式 講話「会津美里町の遺跡」①	町生涯学習課職員
8月23日	太極拳入門編	会津美里クラブ衆
9月中旬 (予定)	「会津美里ふれあいウォーク 2023」への参加	
10月11日	会津美里町の遺跡現地視察②	町生涯学習課職員
11月8日	手軽な料理“酒の肴づくり”に挑戦	地域の指導者
12月13日	◎自主クラブ学習 (案：そば打ち、しめ縄づくり、松飾りに挑戦)	地域の指導者

7. 申込み 希望される方は、下記の受講申込書に必要事項を記入のうえ、新鶴生涯学習センターまでお申し込みください。【6月23日(金)締め切り】
8. 問合せ 新鶴生涯学習センター ☎78-3044・Fax78-3094

----- キ リ ト リ セ ン -----

## 『シニアのあした塾 2023』受講申込書

新鶴生涯学習センター 様

令和5年 月 日

フリガナ	行政区名	電話番号
氏名 (昭和 年 月 日生)	男・女	