

令和3年度

# 事業案内・講座受講生募集

彦根市北老人福祉センター

北老人福祉センターでは、『居場所と出番』をキャッチフレーズに、生きがいづくり、健康増進、介護予防など幅広い講座等を計画しています。本年度の取り組みは下表のとおりです。どうぞ、ご参加ください。

※彦根市内在住で、60歳以上の方が対象です。

講座・行事名		内 容	開 催 日 時	備 考
1	脳の健康 チェック講座	認知症についての正しい知識、認知症の方への関わり方等を学びます。 ※パネルタッチによる脳の健康チェックもあります！	5月28日(金) 13時30分～15時	・受講料 無料 ・定員 12名 ※4月1日から受付
2	シニア世代 の輝き方講座	人生100年時代！シニア世代が『居場所と出番』を見つけ、地域で輝く秘訣を伝授します。	6月25日(金) 13時30分～15時	・受講料 無料 ・定員 12名 ※4月1日から受付
3	いきいき クラブ活動 体験教室	センターで活動しているクラブ活動を体験してみませんか。新しい楽しみが見つかるかも知れません！	7月～8月 (一部6月)	※クラブにより開催日程が異なります。 ※5月10日から受付
4	健康教室	元気なうちから始めよう！介護予防のための「ミニ体操付きイキイキ健康の話し」で今からできることを・・・！	7月26日(月) 13時～14時	・受講料 無料 ・定員 20名 ※6月21日から受付
5	高齢者の くらし講座	「運転免許証自主返納支援制度」と「愛のリタクシー」について ※免許証の返納をお考えの方は、是非お越しください！	8月25日(水) 10時～11時	・受講料 無料 ・定員 20名 ※7月1日から受付
6	歴史探訪 ウォーク①	地域の歴史にまつわる史跡を歩き、歴史を再発見してみましよう。健康ウォークと歴史探訪を掛け合わせた企画part1です。	10月29日 (金) 13時～15時	・受講料 無料 ・定員 10名 ※9月1日から受付
7	アレンジ 教室①	季節の花をアレンジして、そのまま、玄関・床の間・リビングに飾ってみませんか。 ※クリスマスバージョン	11月26日 (金) 9時30分～11時	・材料費 1,000円 ・定員 12名 ※10月1日から受付
8	作品展 示会	ハピネスいきいきクラブのみなさんの丹精込めて作り上げた作品を展示します！ぜひご覧ください！！	11月29日(月) ～11月30日(火) 13時30分～翌15時	・入場料 無料 ・申し込み 不要
9	寄せ植え 講座	さまざまな植物で、寄せ植えを行い、清々しい新年を迎えましょう！ ※正月バージョン	12月16日 (木) 9時30分～11時	・材料費 1,000円 ・定員 12名 ※10月1日から受付

講座・行事名		内 容	開 催 日 時	備 考
10	囲碁で異世代交流対局	碁盤囲み熱戦！！ 県立彦根東高校囲碁部とハピネス囲碁クラブとの異世代交流対局を行います。	12月27日 (月) 13時～17時	当日は、一般シニア層向けに「入門教室」も併設します。 (事前申込制) ※12月1日から受付
11	新春しゃれかるた大会	思わず吹き出す粋な「しゃれかるた」で笑って、ナチュラルキラー細胞(自然免疫)を増やして、免疫力を高めましょう！	令和4年 1月13日(木) 14時～15時	・参加費 無料 ※12月1日から受付
12	生活習慣病予防講座	運動や食生活、疲労、喫煙、飲酒など、日々の生活習慣を見直す大切なポイントを学びます。 毎年2月は、全国生活習慣病予防月間です！	令和4年 2月4日(金) 13時30分～15時	・受講料 無料 ・定員 12名 ※12月1日から受付
13	ブラッシングと口腔ケア教室	食生活と健康な日常生活を送るための正しい知識とデンタルケアを学びます。 ※ブラッシング指導もあります。	令和4年 2月25日(金) 13時30分～14時30分	・参加費 無料 ・定員 12名 ※2月1日から受付
14	防災セミナー	これまでの常識が通用しない災害が頻発する昨今、シニア&シルバー世代だからこそ、念を入れた災害の備えを学びます。	令和4年 3月4日(金) 13時30分～15時	・参加費 無料 ・定員 12名 ※2月1日から受付
15	フラワーアレンジ教室②	季節の花をアレンジして、そのまま、玄関・床の間・リビングに飾ってみませんか。 ※春の花バージョン	令和4年 3月11日(金) 9時30分～11時	・材料費 1,000円 ・定員 12名 ※2月1日から受付
16	ウォーク② 歴史探訪	地域の歴史にまつわる史跡を歩き、歴史を再発見してみましよう。 健康ウォークと歴史探訪を掛け合わせた企画part2です。	令和4年 3月18日(金) 13時～15時	・受講料 無料 ・定員 10名 ※2月1日から受付
17	ふれあいシネマ	懐かしの映画、話題の作品など色々なジャンルを上映。 ※月ごと邦画と洋画を交互に上映	毎月第3金曜日 ① 10時～ ② 13時～	・入場料 無料 ・申し込み 不要
18	お笑いシアター	漫談(綾小路きみまろ)と喜劇(よしもと新喜劇)を上映。 ※月ごと漫談と喜劇を交互に上映	①10時～ ②13時～ ※月によって上映日が異なります。要確認！	・入場料 無料 ・申し込み 不要

### 申込み・問い合わせ先

※受講案内チラシは、当センターに設置します。

※ホームページからもご覧いただけます。

彦根市馬場一丁目5-5

彦根市北老人福祉センター TEL 27-6701 (FAX同)

彦根市社協

検索