

無料

# 令和8年度 常磐市民センター ときわ寿大学受講生募集

常磐地区にお住まいの60歳以上の方を対象に「ときわ寿大学」を開催いたします。  
地域の方とのふれあいを通して健康で潤いのある生活を送ることを目標に「ときわ寿大学」  
でいろいろなことを学んでみませんか。お気軽にご参加ください。

- ◇会場 常磐市民センター ホール
- ◇開講日 7月6日(月)から全4回
- ◇対象 常磐地区60歳以上の方
- ◇定員 先着10名(高齢者クラブ会員以外の方)

※高齢者クラブ会員の方は、各クラブでの取りまとめになります。

- ◇申込み方法 **6/10(水)** 9:00より常磐市民センター窓口へ直接お申込みください。  
(電話・FAXでの申込みは、受付けておりません。)

- ◇主催 常磐市民センター・常磐地区高齢者クラブ連合会



回	日時	内容	講師
1	7/6(月) 10:00~11:30	<b>開講式</b> 啓発寸劇も ございます 【茨城県警察音楽隊 ふれあいコンサート】 ~音楽隊の生演奏とカラーガード隊 の演技を堪能しましょう!!~ 	茨城県警察音楽隊 カラーガード隊
2	7/31(金) 10:00~11:30	<b>【大人のリトミック】</b> ~音とリズムでリフレッシュ!!~ 持ち物:汗拭きタオル,水分補給用飲み物 服装:ズボン,かかとがある滑らないシューズ 	リトミック講師 海野 真奈美 先生
3	9/25(金) 10:00~11:30	<b>【お口から元気になろう!!】</b> ~口腔ケアとお口の体操~ お口の健康は元気の源! 	高齢福祉課 歯科衛生士 介護保険施設 言語聴覚士
4	10/30(金) 10:00~11:30	人権啓発講演会 <b>【癒やしの実コンサート♪】</b> ~ギターとフルートの奏で~ 視力に障害を持つお二人の演奏と講話です。 <b>閉講式</b> 	村上 守 先生 村上 真理子 先生 ※盲導犬セラナも 出演します!!

~移動学習~



※都合により、内容が変更になる場合があります。

関連事業として、常磐地区高齢者クラブでは、11/6(金)に移動学習を計画しています。  
別途参加費がかかります。詳細についてはお問合せください。(常磐市民センター内 ☎029-233-7005)  
※移動学習参加には、高齢者クラブへの加入が必要です。