

# 講座の開催予定一覧（令和6年10月～）

R6.10.1 現在【健康終活クラブ】

【ご案内】①会場は特段の記載がない限り「遊学館」（山形市緑町 1-2-36）です。②受講に当たっては事前申し込みが必要です。③講座時間は原則として1時間半です（例外あり）。④この表は予定であり、変更になる場合があります。

## 講演会

受講料欄は一般（会員以外）の方の金額（税込）です。健康終活クラブの会員はすべての講演会を無料で受講できます。

（一般講座）

日時・会場	テーマ・内容	講師	受講料
10/5(土) 10:30～	<b>終活・歴史講座「四国八十八か寺お遍路紀行」</b> 《内容》四国八十八か寺の霊場をたどる巡礼の旅「お遍路」の実録です。千数百キロに及ぶ参拝ルートを4回にわたり歩いて巡った講師から、お遍路の魅力と苦楽を伺います。	大沼香氏 (山形市在住)	500円
10/12(土) 10:30～	<b>終活講座「介護保険を知る ～基礎編～」</b> 《内容》85歳以上の約6割が介護認定を受けています。いざその時になって慌てないように、介護保険制度の基礎について専門家から学びます。	山形県介護支援専門員協会	500円
10/26(土) 10:30～	<b>文化講演会「浜田広介の生涯と作品」</b> 《内容》「日本のアンデルセン」とも呼ばれ、数々の童話や童謡を残した県内出身の児童文学者「浜田広介」の生涯と作品について、浜田広介記念館の学芸員から紹介してもらいます。	浜田広介記念館 (高畠町)	500円
10/26(土) 13:30～	<b>無料コラボ講座「南極の大自然と観測隊」(会場：山形大学小白川キャンパス)</b> 《内容》日本の南極地域観測隊や外国の南極観測隊として南極を何度か経験された講師が、厳しく壮大な大自然や閉ざされた環境での越冬生活の様子などを紹介します。	国立極地研究所名誉教授 佐藤夏雄氏	無料
12/1(日) 10:30～	<b>遺跡・史跡シリーズ3「見慣れた風景の下に眠る遺跡」</b> 《内容》開発事業に伴う発掘調査を行った県内の遺跡の中から、開発事業の完了を経て、霞城セントラルなど身近な施設の下に眠る3遺跡について、専門家が紹介・解説します。	山形県埋蔵文化財センター	500円

【これまでに開催した講演会】終活基礎講座、歴史講演会(戦国)、栄養と免疫、深町秋生氏トークショー、防災気象情報、新型コロナ、城下絵図、藤沢周平、葬儀、縄文の女神、お口の健康、街歩き活動、清河八郎、古代エジプト、認知症、おはなし会、不動産、浮世絵、城下絵図「守春本」、おひとりさまの終活、延命治療、相続登記、健康寿命と食生活、昆虫、山寺、老後のお金、山形の洋画、ひざ痛予防、山形五堰、いざという時の終活講座、旧吉池医院

## セミナー

※セミナーは有料となります。会員と一般で受講料(税込)が異なりますので、該当する金額をご確認ください。

日時・会場	テーマ・内容	講師	受講料
9/15(土) 14:00～ (ほか(全4回))	<b>コラボ講座(全4回) 俳句を楽しむ ～入門編～</b> 《内容》俳句はじめての方や初心者向けの入門講座です。季語を入れ、17音で詠まれる俳句の基本を、「やましん俳壇」選者の講師から学びます。	俳句文芸誌「椅子」主宰 三井量光氏	(4回分) 会員：4000円 一般：4800円

（継続講座）

日時・会場	テーマ・内容	講師	受講料
《月1回》 随時受付中 (開催中)	<b>枕草子を楽しむ</b> 《内容》「春は、あけぼの」ではじまる枕草子の入門講座です。大河ドラマ「光る君へ」と重ね合わせながら、枕草子を楽しみましょう！	横井洋子氏 (元高校教員)	(1回当たり) 会員：1300円 一般：1600円
《月2回》 随時受付中 (開催中)	<b>シニアのための健康ヨガ教室(会場：山形市「江南公民館」)</b> 《内容》シニアのための健康ヨガ教室です。健康な状態を維持したい、腰痛・膝痛・肩こりなどを緩和したい、等々、健康に関心のある方や健康にお悩みの方はぜひどうぞ。参加者の多くはヨガはじめての方です。	ヨガセラピスト・ヨガインストラクター	(1回当たり/回数券利用の場合) 会員：760～800円 一般：940～1000円
《月1回》 開催中	<b>シニアのためのスマホ教室</b> 《内容》ベテランのスマホアドバイザーが、スマホの使い方をわかりやすく解説します。わからないことはドンドン質問してください。	スマホアドバイザー	(1回当たり) 会員：1300円 一般：1600円
《月1回》 開催中	<b>山形の歴史を楽しむ古文書入門講座</b> 《内容》江戸時代の観光案内「風流松の木枕」(古文書)と当時の絵図を使いながら、江戸時代の山形の街並みと人々の様子を読み解きます。	郷土史家 野口一雄氏	(1回当たり) 会員：1300円 一般：1600円

# 講座の開催スケジュール（令和6年10月～）

年 月		講 演 会	セ ミ ナ ー			
			継 続 講 座	終 活	そ の 他	
R 6	10月	四国八十八か寺お遍路紀行 介護保険について学ぶ ～基礎編～ 浜田広介の生涯と作品 南極の大自然と観測隊	↑ ↑ ↑ ↓ 古文書		↑ ↑ ↑ ↓ 俳句（コラボ）	
	11月					↑ ↑ ↑ ↓ 枕草子 健康ヨガ スマホ
	12月	見慣れた風景の下に眠る遺跡				
R 7	1月		↓ ↓ ↓			

<b>最新講座情報</b> 	<b>【受講申込方法】</b> 講座名を記入しお申込み下さい。③ホームページの受講申込みフォーム ① FAX（氏名、住所、電話番号を記入。会員は番号と氏名を記入） → FAX 番号：023-684-8620 ② メール（氏名、住所、電話番号を記入。会員は番号と氏名を記入） → kenko.club.yamagata@gmail.com 	<b>【健康終活クラブの入会方法】</b> 	<b>【LINE 友だち登録方法】</b> 
--	--	--	--