

講座の開催予定一覧（令和7年9月～）

R7.9.20 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

日時・会場	テーマ・内容	講 師	受講料(税込)
9/6(土) 10:00～	シニアのためのA I 講演会 「A I」という言葉をよく耳にするようになりましたが、A I についてあまり知らないシニアや初心者向けに、A I の基礎とシニアのA I 活用法について、専門家がわかりやすく解説します。	(株)ステップアップコミュニケーションズ 柴田聖一 氏	会員：無料 一般：500 円
9/27(土) 10:00～	『 史記 』が伝える 中国の歴史「始皇帝天下統一 ～商鞅の変法～ 」 始皇帝の天下統一に溯ること百数十年前。戦国の七雄と呼ばれる国々が権謀術数を駆使して争っていた中、当時の弱小国・秦の若き君主・孝公と改革者・商鞅は、どのように変法（改革）を断行し、強国・秦を築き上げていったのか、その歩みを見ていきます。	中国史まるごと楽しむ会	会員：200 円 一般：700 円
10/25(土) 10:00～	遺跡・史跡シリーズ4「やまがたの古墳」 今から約 1400～1700 年前に古墳が造られた時代の日本海側の北限にあたる山形県では、権力者のお墓だけでなく、地域の個性を感じさせる古墳文化が確認されています。山形ならではの古墳の特徴を物語る3つの重要遺跡について、専門家が紹介・解説します。	山形県埋蔵文化財センター	会員：200 円 一般：700 円
11/6(木) 10:00～	フランス近代絵画の楽しみ ～吉野石膏コレクションと服部コレクションに見る近代絵画の流れ～ 山形美術館の2つのコレクション（吉野石膏コレクション、服部コレクション）から、19世紀から20世紀後半までのフランス絵画の多彩な世界を学びます。	山形美術館 副館長 岡部信幸 氏	会員：無料 一般：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、介護保険、浜田広介、南極(コラボ)、身近な遺跡、相続支援制度、星空・宇宙、文翔館、夏目漱石、高齢者の肺炎、上杉鷹山

セミナー

(単発講座)

日時・会場	テーマ・内容	講 師	受講料(税込)
10/3(金) 10:00～ 10/17(金) 10:00～ 10/28(火) 10:00～ (全3回)	はじめての般若心経 (R7) 《内容》般若心経はお釈迦様の教えをわずか 262 文字に集約した経典。それを曹洞宗のご住職がわかりやすく解説します。262 文字の知恵を学び、生きるヒントを見つけましょう！	巢林寺(尾花沢市)住職 安野重幸 師	(3回分) 会員：4500 円 一般：5400 円
(1日完結) 次のいずれかの日程を選択 10/11(土) 10:00～ 10/24(金) 14:00～ 10/31(金) 10:00～ *10/11 は江南公民館	“シニアこそA I”基礎セミナー『ゼロから始める ChatGPT』 《内容》A I 活用に向けた基本の基本講座です。講師と一緒に、A I をスマホへ導入し、基本的な操作をひとつずつ学びます。実際にA I を使って簡単な調べものも体験します。シニアの暮らしに役立つA I 活用の第一歩を、一緒に始めましょう。	(株)ステップアップコミュニケーションズ 柴田聖一 氏	会員：1500 円 一般：1800 円

(定期講座)

日時・会場	テーマ・内容	講 師	受講料
(月1回／開催中) 随時受付中	やまがた歴史散歩 ～史料と絵図で訪ねる山形の歴史～ 《内容》史料や絵図を紐解きながら、山形の歴史を学び、楽しむ講座です。現地講座も織り交ぜながら、山形の歴史を訪ねます。	野口一雄 氏 (郷土史家)	(1回当たり) 会員：1300 円 一般：1600 円
(月1回／開催中) 随時受付中	枕草子を楽しむ 《内容》「春は、あけぼの」ではじまる枕草子を楽しむ講座です。原文のリズムを大切にしながら、わかりやすく進めます。枕草子を読み解くだけでなく、平安時代の貴族の宮廷生活や人々の暮らしについても学びます。	横井洋子 氏 (元高校教員)	(1回当たり) 会員：1300 円 一般：1600 円
(月3回／開催中) 随時受付中 * 第1土曜日、 第2・4金曜日	シニアのための健康ヨガ教室（会場：山形市「江南公民館」） 《内容》シニアのための健康ヨガ教室です。椅子を使うなど無理のない内容のヨガです。参加者の多くはヨガはじめての方や初心者です。健康に関心のある方や健康にお悩みの方は男女問わずどうぞ。	佐藤藍 氏 (ヨガセラピスト・ヨガインストラクター)	(1回当たり) 会員：800 円 一般：1000 円
【コラボ講座】 (月2回／開催中) 随時受付中 * 第2・4水曜日	シニアはつらつ♪歌声サロン “歌って健康&脳シャキ！” ～シニアのための健康ボイストレーニング～（会場：山形市「江南公民館」） 《内容》からだところの活性化を目的としたシニア向け歌の講座です。健康のために何かしたい方、最近声が出にくくなったと感じている方、歌のレベルアップに声の出し方を学びたい方は、一緒に楽しみましょう！	大場幸子 氏 (健康ボイストレーナー)	(1回当たり) 会員：1000 円 一般：1000 円

講座の開催スケジュール（令和7年9月～）

年 月		講 演 会	セ ミ ナ ー					
			単 発 講 座	定 期 講 座				
	9 月	シニアのための A I 講演会 始皇帝天下統一 ～商鞅の変法～						
	10 月	遺跡・史跡シリーズ 4 「やまがたの古墳」	般若心経 ↑ ↓	↑ ↓ A I 基礎	歴史散歩	枕草子	健康ヨガ	歌声講座
	11 月	フランス近代絵画の楽しみ						
	12 月							

最新講座情報



受講申込方法 ①

ホームページの申込
フォームから申し込む



受講申込方法 ②

「講座名」「氏名」「年齢」
「住所」「電話番号」を記
載して、ファックス又は
メールで申し込む
(FAX)023-684-8620
(メール)kenko.club.
yamagata@gmail.com

受講申込方法 ③

健康終活クラブのLINE
に友だち登録し(無料)、
LINEから申し込む
※友だち登録は無料です
※友だち登録すると、定期
的に講座最新情報を受け
られるようになります

LINE友だち登録
(健康終活クラブ)

