

講座の開催スケジュール（令和7年10月～）

R7.10.24 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)
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
11/22(土) 10:00～	『史記』が伝える中国の歴史「始皇帝天下統一～戦国七雄の覇権をかけた戦いと外交戦～」 始皇帝天下統一シリーズの2回目。秦を始めとする戦国七雄が繰り広げた戦国時代中期の覇権争奪戦に迫ります！七雄の強国同士が激突した「馬陵」「長平」などの大規模会戦や「合従連衡」を中心に戦場以外で展開された外交戦を見ていきます。	中国史まるごと楽しむ会	会員：200 円 一般：700 円

【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、AI、始皇帝

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

(A I)

日時・会場	テーマ・内容	講 師	受講料
(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 AI“Gemini”』 《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。その後、実際に「Gemini」を使ってみて、A I の便利さを実感していただきます。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
(1 日完結) 11/26(水) 14:00～ *会場：江南公民館	“シニアこそ A I”基礎セミナー「A I への質問の仕方・話しかけ方～初心者でも伝わるプロンプト講座～」 《内容》AI があなたの良き話し相手、頼れる相談役、優秀な専門家になってくれるよう、AI に「何を、どのように聞けばいいか」の基本とコツを解説します。	(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：1500 円 一般：1800 円
(1 日完結) 次のいずれかの日程を選択 11/28(金) 10:00～ 11/29(土) 14:00～	“シニアこそ A I”基礎セミナー「写真を A I に見せて調べてもらおう！～Gemini「+ ボタン」操作活用ガイド～」 《内容》写真を読み取り説明してくれる Gemini「+ ボタン」をマスターするためのセミナーです。日常の「これ、何だろう？」を、面倒な文字入力ではなく、何でも写真に撮って解決しませんか。	(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
(1 日完結) 次のいずれかの日程を選択 12/3(水) 14:00～ 12/6(土) 10:00～ *12/6 は江南公民館	“シニアこそ A I”基礎セミナー「A I 会話入門 ～Gemini Live の使い方～」 《内容》Gemini の Live（会話モード）を使い、AI との会話や雑談を体験する、シニア・AI 初心者向けの AI 会話入門講座です。AI があなたの話にどう反応してくれるか、実際に体験してみましょう。	(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

講座の開催スケジュール（令和7年10月～）

（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、無理のないやさしいヨガです。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

年 月		講 演 会	セ ミ ナ ー			
			単 発 講 座	A I	定 期 講 座	
R7	10 月	遺跡・史跡シリーズ4「やまがたの古墳」	↑ 般若心経 ↓	Gemini 導入	↑	↑
	11 月	フランス近代絵画の楽しみ 始皇帝天下統一		プロンプト + ボタン(写真)	↑ 歴史散歩 (月一回)	↑ 枕草子 (月一回)
	12 月			A I 会話	↑ 健康ヨガ (月三回)	↑ 歌声サロン (月二回)
R8	1 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)

