

大人の未来学校

土曜のひととき、

10年後、20年後、30年後の未来の自分のために、

【人の話に耳を傾け、未来へのヒントを探す】

時間を過ごしてみませんか。

「大人の未来学校」は30歳代～50歳代の皆様を対象とした講座です。

現在の生活と高齢期のつながりについて考える機会として、
さまざまな角度からテーマを設け、年間5回開催しています。
※連続講座ではありません

第1回 令和3年7月10日(土) 10:30～12:00

「自宅でもできる筋トレ講座～未来の私をつくるのは今の私～」

講師/仙台市健康増進センター運動指導員 菅野 友紀 氏

本講座は終了しました。

第2回 令和3年9月25日(土) 10:30～12:00

「もっと伝わる！あなたの気持ち～コミュニケーションのコツ～」

講師/キャリアコンサルタント 浅利 賀名衣 氏

新型コロナウイルス感染症のまん延防止
重点措置のため開催中止となりました。

第3回 令和3年12月4日(土) 10:30～12:00

「祭りを通じて地域発展・自分発見」

講師/オフィスQ 代表 高橋 清博 氏

受付開始 11月8日(月)10:00～

第4回 令和4年2月5日(土) 10:30～12:00

「身近に潜む様々なトラブル～被害にあわない、あわせないためには～」

講師/リベルタス法律事務所 弁護士 大橋 洋介 氏

受付開始 1月6日(木)10:00～

第5回 令和4年2月26日(土)10:30～12:00

「はじめてのSNS活用講座」

講師/ワッツ・ビジョン 代表 笹崎 久美子 氏

受付開始 1月6日(木)10:00～

* 30歳代～50歳代の方を対象とした、単発の講座です。

* 各回、受付開始日の10:00からお申し込みを受け付けます。(先着順)

* 定員は第4回のみ50名です。ほか、各回30名の定員になります。

* 会場はすべてシルバーセンターです。

* 受講料は各回500円です。当日お支払いください。

* このチラシは年間の予定です。都合により、開催日時・内容・会場等が変更になる場合があります。
当事業団のホームページでご確認いただくか、下記までお問い合わせください。



お申し込み
お問い合わせ先

シルバーセンターいきがい推進課 交流啓発係

電話 022-215-3170 FAX 022-215-4140

Eメール kouryu@sendai-hw.or.jp

☎土・日・祝日、夜間(21:30まで)も受付しております。

大人の 未来 学校

「大人の未来学校」は、

【人の話に耳を傾け、未来へのヒントを探す】

30歳代～50歳代の皆様を対象とした講座です。

シルバーセンターでは、シニア向けの講座やイベントを実施しており、平成3年の開館以来、たくさんのステキなシニアに出会ってきました。

ステキなシニアの皆さんとお話すると、人生をより充実させて楽しむために、シニアになるずっと前から、気持ちや行動で“準備”をしていたのだなあ…と感じさせられます。

『未来の自分』を考えるきっかけに、土曜のひとときを「大人の未来学校」で過ごしてみませんか。

《受講にあたってのお願い》

- ◆新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、やむを得ず日程変更や中止となる場合があります。
- ◆体温が37.5度以上ある等、風邪の症状がある方は、当日のご来館をお控えください。
- ◆ご来館の際は手指消毒及びマスク着用にご協力をお願いいたします。

Facebook

「仙台市シルバーセンター交流知場」

こうりゅうするば

仙台市シルバーセンター主催イベントの情報を発信中！！



上記QRコードを読み込んでいただくか、「交流知場こうりゅうするば」で検索してみてください。「いいね」「フォロー」お待ちしております♪



YouTube せんだい豊齢学園チャンネル

学園生のメッセージやせんだい豊齢ネットワークの活動を
YouTubeにて上映中！ぜひ、ご覧ください！！

せんだい豊齢学園

検索

検索もしくは上記QRコード
からご覧ください。
チャンネル登録もお願いします♪



シルバーセンターでは、さまざまな講座・イベントを実施しています。ぜひホームページをご覧ください！



公益財団法人
仙台市健康福祉事業団

ホームページ

<https://www.senkenhuku.com/>