

令和6年度秋冬 高知市立中央公民館事業

いきいきセカンド☆ライフ講座

受講生の皆さんが心豊かに過ごすことを願って、「いきいきセカンド☆ライフ講座」を開講します。これからの生活に役立つ、さまざまな分野について学べる学習の場です。きっと新しい発見や感動に出会えるはず♪ 交流の輪も広がるチャンスです！みなさまのご参加をお待ちしております。

- 1 期間 令和6(2024)年10月11日(金)～令和7(2025)年1月24日(金)
- 2 時間 午後1時30分～午後3時(1時間30分)
- 3 場所 高知市文化プラザかるぽーと11階 高知市立中央公民館 大講義室
- 4 対象 55歳以上の方で、高知市内に居住する方
- 5 内容 火曜コース・金曜コース 各7回
※詳しくは、中面の学習計画表をご覧ください。
- 6 定員 各コース100名
- 7 受講料 1コース1,000円(2コースの場合は2,000円)
※お支払いいただいた受講料の払い戻しは原則としていたしません。
- 8 申し込み方法 往復ハガキに必要事項を記入のうえ申し込み(裏面参照)
- 9 締切 令和6(2024)年9月20日(金) ※必着
※定員を超えた場合は抽選を行います。結果は9月30日(月)頃までに返信します。
※定員に達しなかった場合は9月24日(火)8時30分から電話でも受け付けます。
- 10 備考 講師の都合、天候等のやむを得ない事情で予定を変更または中止することがあります。
- 11 主催 公益財団法人高知市文化振興事業団・高知市
- 12 お申し込み・お問い合わせ
〒781-9529
高知市九反田2-1 高知市文化振興事業団
いきいきセカンド☆ライフ講座 係
TEL: 088-883-5071
<https://www.kfca.jp/kikaku/>



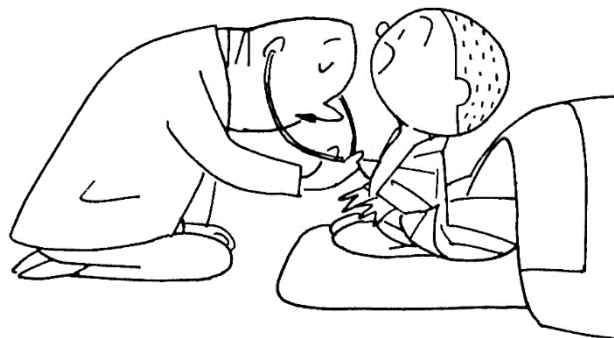
横山隆一「フクちゃん」



いきいきセカンド☆ライフ講座 学習計画表

【火曜日「健康とくらし」コース】

月 日	講義テーマ	講師
10月29日	食生活からみる 生き生き・健康のポイント	高知大学大学院 教職実践高度化専攻 准教授 柴 英里
11月19日	懐かしく心に温かい童謡・唱歌・名歌を 楽しみます	高知市立中央公民館 市民学校講師 岡崎 美保子
11月26日	楽しく「終活」を考える	高知大学 地域協働学部 教授 玉里 恵美子
12月3日	がんの予防とリハビリテーションについて 学んでみましょう	高知リハビリテーション専門職大学 理学療法専攻 教授 明崎 禎輝
12月17日	上手な受診の仕方 ～かかりつけ医のを見つけ方から相談方法まで～	高知県医療政策課 医療相談員
1月14日	冬も脱水を予防しよう	高知学園短期大学 看護学科 准教授 小原 弘子
1月21日	頭と体を鍛えて、 元気な“幸（高）齢者”を目指しましょう	高知健康科学大学 健康科学部リハビリテーション学科 作業療法専攻 助教 桂 雅俊



いきいきセカンド☆ライフ講座 学習計画表

【金曜日「歴史と文化」コース】



月 日	講義テーマ	講師
10月11日	高知のサンゴをカガクする	高知みらい科学館 学芸員 笠貫 ゆりあ
10月18日	土佐和紙のちから ～文化財補修用紙の今～	高知県立高知城歴史博物館 資料学芸課 資料保存修理室長 田井東 浩平
11月8日	『源氏物語』のヒロイン・紫の上	高知大学 人文社会科学部 准教授 大塚 誠也
11月29日	河田小龍って何者？ ～歴史・美術・民俗 3つの視点から～	高知県立美術館 主任学芸員 中谷 有里
12月13日	歴史から学ぶ 日本スポーツ界から体罰をなくす方法	高知大学 地域協働学部 准教授 中村 哲也
1月10日	世界や地域の常識の違いから 楽しく学ぶ異文化理解	高知県立大学 地域教育研究センター 准教授 秋谷 公博
1月24日	漢詩文を楽しむ五山文学	高知県立文学館 主任学芸員 川島 禎子

[PR]

LINE 公式アカウント

「**かるちゃーず**（高知市文化振興事業団サポーターズクラブ）」

友だち募集！

高知市文化振興事業団主催事業の最新情報や、
無料招待クーポン、割引クーポンなどを配信中です。
右の QR コードを読み取って、友だち登録をお願いします。



いきセカンド☆ライフ講座 申込方法

往復ハガキに必要事項（下図参照）をご記入のうえ、
ハガキ1人1枚でお申し込みください。
※ハガキ1枚で複数コースにお申し込みできます。

締切は
令和6(2024)年
9月20日(金)
必着!



【返信の表面】	【往信の裏面】
<p>63円</p> <p>返信</p> <p>□□□□ □□□□</p> <p>□</p> <p>□</p> <p>□</p> <p>□</p> <p>様</p> <p>高知市〇〇町</p> <p>××-×</p> <p>※ここには、申し込まれる方の住所・氏名をご記入ください。</p>	<ul style="list-style-type: none">・氏名 □□ □□・氏名ふりがな □□□□ □□□・生年月日 △△年△月△日・住所 高知市〇〇町××-×・電話番号 XXX-XXXX-XXXX・性別・希望コース ○曜日コース

【往信の表面】	【返信の裏面】
<p>63円</p> <p>往信</p> <p>781-9529</p> <p>いきいきセカンド☆</p> <p>ライフ講座係</p> <p>高知市九反田2-1</p> <p>高知市文化振興事業団</p>	<p>※この面には何も記入しないでください。</p>