



新年度のご挨拶

日ごろより「中部生涯学習センター」をご利用いただき、誠にありがとうございます。
施設名称が変更となり、早いもので一年が経ちました。
そしてこの春、夜間主事の退職があり、新たに2名が加わりました。新しい体制のもと、皆さまに安心してご利用いただけるよう努めてまいります。
引き続き、地域の皆さまが集い、生涯楽しく学べる場として充実を図ってまいります。皆さまのご来館を心よりお待ちしております。 職員一同

生涯学習センターの予定などはホームページをご確認ください



いきいきセミナー 笑顔と知識が広がる シニア世代の学びと交流の場 全7回

① 5月21日(水)	童謡唱歌ころのうた ～歌詞の意味を知り楽しく歌う	カナリヤの会 豊田陽代さん 奥山さゆきさん
② 6月4日(水)	知って安心、食とお口の健康講座 ～認知症予防のために	長寿介護課・歯科衛生士
③ 6月18日(水)	10歳若返る肌づくり	東三河ヤクルト販売(株) ビューティーサポートチーム
④ 11月5日(水)	脳のアンチエイジング ～からだづくりとお話	医療法人松崎病院 精神保健福祉士 社会福祉士
⑤ 11月19日(水)	はじめてのスローエアロビック ～笑顔でステップ健康講座	内田都子さん
⑥ 12月3日(水)	「あの頃君は若かった」 ～元タウン誌編集者からみた昭和な豊橋	ラジオパーソナリティー 竹内竹蔵さん
※ ⑦ 12月17日(水)	こころを込めて迎える新春 ～しめ縄・お正月リース作り	いけばな真生流 代表 谷村多津子さん

時間：13:30～15:00 定員：40名 受講料：無料

対象：概ね60歳以上のかた [空きが有れば当日参加可・※⑦のみ不可]

※ 注意事項 ⑦ しめ縄・リース作り 材料費 1,800円(税込) 準備のため事前に出欠を確認します



「豊橋ハートセンターと考える ～健幸になるために」 健康長寿

健康でいきいきと過ごすために、心と体の健康、そして「ウェルビーイング」について一緒に考えてみませんか？今回は、豊橋ハートセンターが進める「健康テーマパーク構想」をもとに、これからの時代に大切な健康づくりのヒントを学びます。ぜひご家族やお友だちと一緒に、ご参加をお待ちしています。

① 6月11日(水)	健幸になるために① ウェルビーイングってなに？	健康テーマパーク推進事業部 部長 竹内宏和 さん (株)ソトエ 取締役 大田信也 さん
② 9月10日(水)	健幸になるために② 「血管の疾患を知ろう」 ～冠動脈疾患について	副院長 循環器内科部長 寺島充康 先生
③ 11月12日(水)	健幸になるために③ 血管と足の重要な関係	循環器内科部長 平野敬典 先生
④ 2月18日(水)	健幸になるために④ 「血管の疾患を知ろう」 ～脳卒中について	副院長 脳神経外科 脳卒中センター長 酒井秀樹 先生

時間：13:30～15:00 定員：50名 受講料：無料

対象：どなたでも 締め切り：6月4日(水)



上記講座の申込方法：直接窓口か電話、QRコードからお申込みください。