

受講生募集中

令和3年10月 開講

# いしかわ長寿大学

講座内容を大幅にリニューアル!!

体験入学も  
大歓迎!



生きがいつくり  
健康づくり

新しい仲間と  
楽しく学びませんか?

(社福)石川県社会福祉協議会 長寿生きがいセンター

〒920-3104 金沢市八田町東1025番地 石川県社会福祉会館別館

TEL (076) 258-3135 FAX (076) 258-3149

● 生きがいづくりや地域活動への関わり方を学びます

テーマ	講座名	講師
セカンドライフ、 社会の中で「自分らしく」 生きるために	地域社会の担い手育成講座	石川健康生きがいづくり アドバイザー協議会
	これからの生きがいづくり 長寿楽学◇言葉の杖	能登半島広域観光協会 相談役 藤平朝雄氏
高齢者が活躍する働き方	働く生活のススメ	シニア就労支援アドバイザー (株)歩 代表 福田 乗氏
	健康長寿のヒケツは傍楽 (はたらく) こと ～「銀 (シルバー) の力」を地域社会への貢献へ～	シニア産業カウンセラー キャリアオフィスみのわ代表 養輪 紀子氏
ボランティア活動のいろいろ	災害ボランティアについて知る	石川県災害ボランティア協会
	認知症サポーター養成講座	認知症キャラバンメイト

● 健康寿命を延ばすための健康づくりについて学びます

テーマ	講座名	講師
自分でできる健康管理のノウハウ	生活習慣病にならないために	石川県医師会
	こころの健康について学ぶ	石川県臨床心理士会
	東洋医学からの健康論	北陸大学薬学部教授 劉 園英氏
栄養士さんから学ぶ食事と栄養	管理栄養士から食事と栄養について学ぶ	石川県栄養士会
歯医者さん直伝! 健康な歯を守る方法	歯科医師から学ぶ歯の健康	石川県歯科医師会
あなたに必要な体力づくりと運動	高齢期に必要な体力づくりを学ぶ	金沢医科大学名誉教授 田村 暢熙氏
	ニュースポーツを楽しむ	石川県レクリエーション協会
意外と知らない? 薬の正しい使い方	薬剤師から学ぶ薬の正しい飲み方	石川県薬剤師会

● あなたの知的好奇心と教養のために、社会の動向、郷土の歴史や文化について学びます

テーマ	講座名	講師
交通事故から身を守るために	交通事故の被害者にも加害者にもならないために	警察署
消費者トラブルや詐欺に 巻き込まれないために	詐欺の手口を知って被害に遭わない方策を学ぶ	警察署
知って得する終活のポイント	終活とこれからの生活設計	石川県金融広報委員会 金融広報アドバイザー ファイナンシャルプランナー 高橋 昌子氏
郷土の歴史・文化を学ぶ	ふるさとの思想家について学ぶ 鈴木大拙	鈴木大拙館
	金沢城の復元整備について学ぶ	石川県土木部公園緑地課
	和菓子づくりから学ぶ郷土の文化	石川県観光物産館
	能登の里山里海を知ろう	のと里山里海ミュージアム 館長 和田 学氏
自分磨きのちょっとしたネタ	経済ホットニュース解説	石川県金融広報委員会 金融広報アドバイザー 公認会計士 堀内 公博氏
	デザイナーから見た石川県らしさのプロデュース	金沢学院大学名誉教授 大場 吉美氏
社会福祉協議会の役割を知る	地域の福祉ニーズへの適切な対応に向けて ～市町村協との連携や市町村協の活動紹介～	石川県社会福祉協議会

## 【会場・定員・開講日】

※新型コロナウイルス感染防止対策のため定員を減らしています

区分	会場	定員	開講日
石川中央校 19期	〒920-3104 金沢市八田町東1025番地 石川県社会福祉会館別館	70名	第2火曜日／第4火曜日 (原則 月2回)
能登中部校 14期	〒926-0021 七尾市本府中町ヲ部38番地 七尾サンライフプラザ	40名	第1水曜日／第3水曜日 (原則 月2回)
能登北部校 15期	〒929-2392 輪島市三井町洲衛10部11番1 能登空港ビル4階 石川県立生涯学習センター 能登分室	40名	第2金曜日／第4金曜日 (原則 月2回)

## 【会場案内図】



## 【受講期間】

令和3年10月～令和4年9月

10月入学式 原則月2回開講(冬期間休講) 9月卒業式

## 【講座実施時間】

10:30～14:30 (昼休憩60分間を含む)

## 【受講料】

**無料** ※講座によっては、材料費等を受講生自身で負担することがあります。

## 【卒業要件】

全講座の2/3以上を受講した方に卒業証書を授与します。

## 入学願書

石川中央校  
能登中部校  
能登北部校

私は、いしかわ長寿大学 への入学を希望します。  
(※3校のうち、いずれかを○で囲んでください)

令和 年 月 日

ふりがな		年齢
氏名		歳
ふりがな		
住所	〒	
電話番号	※日中連絡のとれる連絡先 ( ) -	
過去の受講歴	※あてはまるものを○で囲み、年を記入してください 過去に本講座を受講し、卒業したことが あります / ありません (卒業時期 平成・令和 年)	

## 【受講申込】

- 申込方法 入学願書(下記ハガキ)にご記入の上、63円切手を添付し、郵送してください。  
※持参でも受付可
- 提出先 いしかわ長寿大学 事務局(下記のとおり)  
※持参の受付時間は、月～金曜の午前9時～午後5時(土・日・祝を除く)
- 申込締切 令和3年9月22日(水)まで ※必着

## 【注意事項】

- ・過去に本学を卒業された方でも再受講できます。
- ・入学願書に記載された個人情報、本学に関する目的以外には使用しません。
- ・新型コロナウイルスの感染防止に十分配慮して実施します。

## 【主催及び問合せ先】

いしかわ長寿大学 事務局  
(社福)石川県社会福祉協議会 長寿いきがいセンター  
〒920-3104  
金沢市八田町東1025番地 石川県社会福祉会館別館  
TEL(076)258-3135 FAX(076)258-3149

郵便はがき

9 2 0 3 1 0 4

63円切手  
を貼って  
ください

金沢市八田町東1025番地  
石川県社会福祉会館別館内

いしかわ長寿大学 事務局 行

石川県在住で  
60歳以上の方なら  
どなたでも  
入学できます!

