

# 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5年6月10日(土) 14:30～16:00

声の魅力アップ!～プロから学ぶ美しい日本語～

受付終了

講師/ヴォイスアーティスト・日本語友好大使、声とことばの機能メソッド®認定講師 伊藤富士子 氏

**第2回** 令和5年7月8日(土) 10:30～12:00

受付開始 6月6日(火) 10:00～

仕事も家庭も幸せにする感情心理トレーニング『アンガーマネジメント』

講師/第一印象研究所代表 マナー&コミュニケーション講師  
日本アンガーマネジメント協会 アンガーマネジメントコンサルタント 杉浦 永子 氏

**第3回** 令和5年9月9日(土) 13:30～15:00

受付開始 8月7日(月) 10:00～

セカンドライフの選択肢 起業という生き方

講師/ 中小企業診断士 高橋 香代子 氏

**第4回** 令和5年12月16日(土) 13:30～15:00

受付開始 11月6日(月) 10:00～

(仮)映画を通して地域の魅力再発見!

講師/ せんだい・宮城フィルムコミッション 菊池 睦 氏

**第5回** 令和6年1月13日(土) 13:30～15:00

受付開始 12月6日(水) 10:00～

(仮)美しい姿勢を保つためのエクササイズ

講師/一般財団法人エゴスキュージャパン協会認定トレーナー・姿勢調整スペシャリスト 三上 明子 氏

\*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2回のみ50名です。ほか、各回30名の定員になります。

\*会場はすべて仙台市シルバーセンターです。(仙台駅から徒歩8分/裏面参照)

\*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”をしていたのだから…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。

「大人の未来学校」の学び舎（会場）は  
仙台市シルバーセンター（青葉区花京院1-3-2）です。

◆公共交通機関をご利用のうえ、ご来館ください。◆



## 《交通機関のご案内》

### 地下鉄

「仙台駅」または「広瀬通駅」から  
東北電子専門学校を目印に徒歩8分

### J R

「仙台駅」から東北電子専門学校を  
目印に徒歩8分

### バ ス

「仙台駅前」下車、  
東北電子専門学校を目印に徒歩8分  
または「花京院シルバーセンター  
前」下車、徒歩3分

シルバーセンターでは、大人の未来学校の他にも  
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！



仙台市健康福祉事業団

検索

