

# 受講者募集 せんだい豊齡学園 公開講座

①1/29 (月)  
13:30~15:00  
(開場13:00)



もみのき  
テーマ 「山本周五郎『縦ノ木は残った』と伊達騒動の真相」  
講師／宮城県慶長使節船ミュージアム(サン・ファン館)あらた  
館長 平川 新 氏

②2/2 (金)  
13:15~15:30  
(開場12:45)



テーマ 脳の健康づくり「睡眠と運動」  
第1部「快眠と脳の健康」  
講師／東北福祉大学総合福祉学部社会福祉学科 うえの  
教授 上埜 高志 氏  
第2部「運動実技」※運動は座ったまま、行います。  
講師／仙台市健康増進センター 運動指導員

- 会場／仙台市シルバーセンター1階 交流ホール (仙台市青葉区花京院1-3-2)
- 対象／仙台市内にお住まいかお勤めの50歳以上の方
- 費用／1講座 500円(当日受付でお支払い) ●定員/各回50人
- 申込受付/1月9日(火)申込受付開始 ※講座によって受付の開始時間が異なります。

①山本周五郎『縦ノ木は残った』と伊達騒動の真相/10:00~ ②「睡眠と運動」/13:00~

## お申込み方法

電話、FAXまたはEメールで、①講座名 ②氏名(ふりがな) ③〒住所 ④電話・FAX番号 ⑤年齢を、下記までご連絡またはご記入の上、お申込みください。  
(各講座のQRコードをカメラで読み取ると、申込専用メールフォームが開きます)

◆◆◆お問い合わせ・お申込み先／せんだい豊齡学園事務局(シルバーセンター内)◆◆◆

電話／022-215-3129 FAX／022-215-4140

Eメール／[ikigai@sendai-hw.or.jp](mailto:ikigai@sendai-hw.or.jp)

◎FAXでお申込みの方は、下記にご記入のうえ送信してください。

宛先：せんだい豊齡学園事務局 FAX：022-215-4140

ご希望の講座に☑を付けてください。

申込講座	<input type="checkbox"/> ①伊達騒動の真相(1/29) <input type="checkbox"/> ②「睡眠と運動」(2/2)
住所	〒 _____ 仙台市
氏名・年齢	ふりがな _____ 年齢( )
電話・FAX	電話番号 _____ FAX番号 _____

※都合により、講座が中止となる場合がありますので、ご了承ください。

裏面もご覧ください。

感染症対策に  
ついて

- ◆ マスクの着用・手洗い・手指消毒をお願いします。
- ◆ 入館・退館の際は手指をアルコール消毒してください。

## 1月の催し物

1/19(金)

入場  
無料

### 第4回 ふれあい広場開催

ハーモニカクラブやお手玉サークルのステージ、お弁当・パン・お菓子の販売や手芸品などの手作り品の出店を行います。どなたでも参加出来ます。ぜひ、お越しください！！

■時間/10:00~15:00 ■会場/仙台市シルバーセンター1階アトリウム

1/19(金)

受講料  
無料

### 「シニアの生きがい&安心安全セミナー」

第1部 「輝く人生いつまでも！五・七・五に笑いをのせて」

講師/みやぎシルバーネット 編集長 千葉 雅俊 氏

第2部 「住宅火災・転倒事故などを防ぐ」

講師/仙台市青葉消防署 予防課 予防啓発係

- 時間/13:00~14:30 ■会場/仙台市シルバーセンター交流ホール
- 対象/仙台市内にお住まいかお勤めの50歳以上の方 ■定員/150名
- 表面記載のご連絡先にお申込ください

### シルバーセンター アクセスのご案内



●地下鉄

「仙台駅」または南北線「広瀬通駅」から  
東北電子専門学校を目印に徒歩8分

●JR

「仙台駅」または「あおば通駅」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、徒歩約3分

※ご来館の際は公共交通機関をご利用ください。



公益財団法人 仙台市健康福祉事業団

せんだい豊齢学園