

平成 28 年 4 月～29 年 3 月実施

若林老壮大学

60 歳以上対象・原則月 1 回第 1 金曜日開催

地域のおんなが集い・学び・交流する

若林市民センター

●お問い合わせ

TEL **022-282-4541**

■受付時間 9:00～21:00

●休館日 月曜日・祝日の翌日・年末年始

指定管理者(仙台市教育委員会指定)

公益財団法人仙台ひと・まち交流財団



1 回目
4/15

平成 28 年度「若林老壮大学」の開講式と総会



新規会員 10 名を加え、95 名でのスタート。
若林老壮大学の歌「歓喜の日々」の斉唱から始まり、受講生の紹介、新入生のあいさつと和やかに進みました。開講式終了後に「総会」が行われ、8 班それぞれ班長・副班長が選出されました。

(出席：79 名)

2 回目
5/13

郷土に伝えられた名将真田幸村の血脈

蔵王町教育委員会 佐藤洋一氏を講師にお迎えし、NHK 大河ドラマ「真田丸」の主人公「真田幸村」のお話をいただきました。幸村の生涯と妻や子供たちの話、特に宮城県との縁を、わかりやすく話していただきました。

(出席：72 名)



3 回目
6/3

「マイナンバー制度」の基礎知識

仙台市まちづくり政策局情報政策課企画係の職員の方に来ていただき、「マイナンバー制度」について、この制度の必要性や、個人カードの作り方や使い方、また、制度を使った詐欺等の注意点を学びました。

(出席：72 名)



仙台の植物の話～夏の山野草の楽しみ～

4 回目
7/1

前仙台市野草園園長 伊深正文氏からお話を伺いました。
野草園で 7 月 8 月に見られる夏の山野草を色ごとに紹介してくださいました。また、野草園の成り立ちや四季折々のイベントなどの紹介もあり、身近にある野草園の魅力を知り、行ってみたいとの声がありました。(出席：69 名)

5 回目
8/5

日常生活から見た日中文化の差異

仙台中国文化交流会 李王寧氏から、日中の歴史から現代の状況などのお話を伺いました。お隣の国中国をより身近に感じることができました。

また、この日は、受講生の中で 8 月に 88 歳のお誕生日を迎えた方がいたので、ささやかな米寿のお祝会もしました。

(出席：69 名)



6 回目
10/7

おしゃれに生きる健康づくりから始める心と身体の転倒予防

東北文化学園大学地域連携センター医療福祉学部教授 作山美智子氏と看護科の学生にご指導いただきました。

タオル体操やビーチボールを使った運動で汗を流し、その後、アロマの効用を学び、ハンドマッサージで心を癒しました。家でも気軽にできる簡単な運動ですが、意識して続けることが大事だねとの声がありました。

(出席：62 名)



7回目
11/11

童謡再発見～知っているようで知らない童謡の謎～



NPO 法人 20 世紀アーカイブ仙台理事の伊藤豊生氏から、誰でも知っている童謡にまつわるいろいろなお話を伺いました。歌が創られた時代背景や歌の意味、歌に込められた人々の思いなどを聞き、そのあとアコーディオン奏者の門間悦子氏の伴奏で、みんなで歌い、楽しい時間を過ごしました。
(出席：59 名)

8回目
12/2

高齢者のお口と病気ー口腔ケアの大切さー

仙台オープン病院 口腔管理センター長 園部英俊氏にお話を伺いました。高齢者の歯や口に見られる変化を知り、正しい歯磨きの方法を学び、清潔に保つことが病気を防ぐことを知りました。
(出席：63 名)



9回目
1/13

安全安心な生活ー特殊詐欺被害に遭わないー



新年早々の講座は「安全安心な暮らし」のお話でした。まず、仙台市防犯協会連合会の早坂氏に「振込詐欺からの被害防止策」、そして（公財）仙台ひと・まち交流財団交通安全指導課から寺嶋氏から「高齢者の交通安全防止講座」、同じく土居氏から「安全・安心な生活を送るために」というテーマでの講話でした。今年 1 年の無事を祈りました。
(出席：68 名)

10回目
2/3

図書館を楽しむ

仙台市若林図書館の佐藤氏から図書館の利用の仕方、図書館の様々な取り組みなどを紹介、図書館を身近に感じることができました。

また、熊谷氏からは、「～時間（とき）～」というテーマでミニブックトークをしていただき、本の世界を楽しみました。
(出席：63 名)



11回目
3/3

スプリングコンサート



最後の講座は、ヴァイオリンのミニコンサートです。演奏してくださったのはアンサンブルクラブ♪アルシェ♪の石田恵子さん・櫻井洋子さん・庄司ひろみさんの 3 人、春を感じさせる選曲に温かい気持ちになりました。
(出席：72 名)

平成 28 年度
若林老壮大学
閉講式

1 年間の学習が終わり、閉講式を行いました。修了証を受け取る方々を一人一人呼び、各班の代表が修了証を受け取りました。『蛍の光』を歌い、長いようであつという間だった 1 年を思い出しました。



《受講生の感想》

★毎月楽しみに出席しているが、家庭の事情で欠席となることがあり、残念だ。年とともに病院通いが大変だが、頑張って出席する。★毎月学習の為、資料の準備も大変だと思う。年齢を重ねると勉強する意欲が欠けてくる。新聞を読むのがせいっぱい。老壮で学習することが楽しみだ。★各講座、それぞれとても参考になった。知ることの大切さ、学ぶことの喜びなど、月 1 度の楽しみだ。今後たくさんの情報を自分ながらに役立てたらと思う。