

令和7年度

玉川生涯学習セミナー

はつらつ人生 仲間は財産

「生きがいと新しい仲間づくり」を目的に、日常生活の身近なテーマについての講義や地域見学、体験活動、学級活動等を通して、参加者同士で交流しながら学習する全13回のセミナーです。修了後も自主的なサークルで続けて活動していくことを目指します。

	日 程	内 容	講 師（敬称略）
1	5月27日(火)	開講式・オリエンテーション みなさん、はじめまして	
2	6月 3日(火)	音楽で いきいき すこやかに	音楽療法せたがやくらぶ
3	6月10日(火)	長谷川町子美術館「牡丹に魅せられて」、分館企画展「新やじきた道中記」	長谷川町子美術館館長 川口 淳二
4	6月17日(火)	見直そう、カラダづくり！ 家でもできる簡単体操	健康運動指導士 大津 桂子
5	6月24日(火)	おとなの社会科見学 世田谷清掃工場 	清掃工場職員
6	7月 1日(火)	地域再発見！たまがわの歴史	郷土資料館 学芸員
7	7月 8日(火)	みんなで わいわい クラス会	
8	7月15日(火)	夏バテ防止のおやつ作り	管理栄養士 公認スポーツ栄養士 高須 希代
9	9月 2日(火)	もし、災害にあったら 『地震と水害』 	世田谷ボランティア協会 せたがや災害ボランティアセンター職員
10	9月 9日(火)	赤と青の頭脳戦！ボツチャを体験	世田谷区スポーツ推進委員
11	9月16日(火)	毎日をもっと楽しく！ゆるサク整理術	整理収納アドバイザー 大法 まみ
12	9月30日(火)	受講生による自主企画	
13	10月7日(火)	閉講式・懇親会	

■時 間 午後1時30分～4時

■会 場 上野毛地区会館（中町 2-33-11）玉川区民会館ほか

■対 象 55歳以上の区内在住者で、原則として全回参加できる方
*他地域を含む過去の受講者を除きます

■参加費 1050円（入館料、材料費、保険料）

■定 員 30名（応募者多数の場合は、玉川地域在住者を優先のうえ抽選いたします）

主催：玉川総合支所地域振興課生涯学習・施設

電話またはファクシミリで  **せたがやコール** へお申し込みください。

TEL 03-5432-3333

ご利用時間：午前8時～午後9時
(年中無休)

FAX 03-5432-3100

※5月11日(日) 締切

当落の結果にかかわらず、5月15日(木) ごろ通知を郵送いたします。

申込内容

- ①講座名「玉川生涯学習セミナー」
- ②郵便番号・住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④年齢
- ⑤電話・ファクシミリ番号



＜昨年度の様子＞

令和7年度講師



川口 淳二



大津 桂子



大法 まみ



高須 希代



音楽療法せたがやくらぶ



世田谷区スポーツ推進委員

過去参加者の声

13回のセミナーで、多くの皆さんと交流でき
楽しい時間を過ごせたことが大変有意義で
した。新しい知見に触れたことも良かつ
たです。

70代 男性

セミナーに参加して本当に良かったと実感し
ています。色々な仲間と継続してサークルに
参加して自分磨きをしていこうと思います。

60代 男性

はじめはどうなる事かと心配しましたが、たく
さんの刺激を受け、皆さんと回を重ねる度にお
話しも出来る様になり、面白くなってきました。
老後の生きがいは、この目的の延長線上にある
はず！

60代 女性

魅力的な講座内容で、これからの人生を楽し
く送るための気力を持つきっかけになりました。
知らなかった身近な地域の施設や歴史など
を学ぶことができました。

80代 女性