

連続
講座

横浜シニア大学特別講座

受講生募集

2019年度

～つながりで健康づくり～

第1回 6/21(金) 10:00～11:45



講座名

今からできる正しい姿勢
と運動
『人生を歩ききるための
体づくり』

黒田恵美子氏

一般社団法人 ケア・ウォーキング
普及会代表理事
東海大学医学部客員教授

第2回 7/4(木) 10:00～11:45



講座名

元 NHK 「きょうの健康」
キャスターが伝授
『病気の予防につながる
食事と運動とは』

久田直子氏

元NHK「きょうの健康」キャスター
NHK「TV シンポジウム」
医療シンポジウム司会

第3回 7/8(月) 10:00～11:45



講座名

まちを見る目が変わる
『横浜の魅力発見、散策
を楽しむ』

(散策コースの紹介あり)

嶋田昌子氏

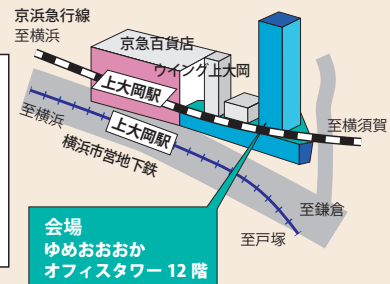
横浜シティガイド協会理事

【会場】

ゆめおおかオフィスタワー 12階
横浜市港南区上大岡西 1-6-1

会場への交通

京浜急行・市営地下鉄「上大岡」駅
下車徒歩3分



【募集要項】

募集人員 100人(定員超過の場合は抽選)
受講料 2,000円(3回連続講座)
応募要件 横浜市内在住
おおむね60歳以上の人
申込期間 平成31年4月1日(月)～
5月10日(金)
申込方法 FAX(433-1257)又は
往復はがきで、
記載事項を記入の上、申込

【記載事項】

- 1 特別講座
- 2 住所
- 3 氏名
- 4 年齢
- 5 電話番号
- 6 老人クラブの加入の有・無
- 7 FAX番号

特別講座受講申込書 (往復はがきの記入例)

郵便往復はがき (返信はがき裏面)

221-0063
横浜市老人クラブ連合会
行先

白紙

郵便往復はがき (返信はがき裏面)

000-0000
横浜市
様

※ご自宅の住所及び氏名を記入

- 1. 特別講座
- 2. 住所
- 3. 氏名
- 4. 年齢
- 5. 電話番号
- 6. 老人クラブ加入の有・無
- 7. FAX番号

かがやきクラブ横浜

公益財団法人
横浜市老人クラブ連合会

《共催：横浜市健康福祉局》

詳しくは、ホームページをご覧ください。

<http://yokorouren.com> 〒221-0063 神奈川区立町 20-1

☎045 (433) 1256 FAX 045 (433) 1257

E-mail : yrouren@maple.ocn.ne.jp (問合せ専用)

主催
問合せ先