

## シニアコース 1 年生

コース生の募集は終了しています

## 総合学習 前期 ～シニアライフを楽しむために～

※シニアコース1年生 必修講座です。

**主題** シニアコースは 60 歳以上の中央区在住の方を対象としたコースです。

1 年目の総合学習では、シニア向けの講座や区内スポットの見学、中央区の歴史の講座などを通じ、受講生同士の交流を図ります。

総合学習を通じて、ご自分の住んでいる中央区を、同世代の仲間を、そして自分自身を再発見してみませんか？

時 間：午後2時30分  
～4時30分

※第8回は午後1時30分～3時30分

場 所：築地社会教育会館ほか

回 数：10回

受講料：2,000円

回数	日程	講義内容	講師名
第1回	5/15(火)	White Gift ～北極からの贈りもの～	リサ・ヴォート
第2回	5/22(火)	人生を楽しむためのエンディングノート	安田 まゆみ
第3回	5/29(火)	浜離宮恩賜庭園ガイド付き散策	
第4回	6/5(火)	知らないと利用できない社会保障	内田 厚子
第5回	6/12(火)	大日本印刷(株)の前身・秀英舎から見た中央区の歴史	佐々木 愛
第6回	6/19(火)	中央清掃工場見学	
第7回	6/26(火)	認知症の予防ー心理学からの提言ー	井上 勝也
第8回	7/3(火)	郷土天文館「タイムドーム明石」訪問 プラネタリウム鑑賞と歴史展示の見学	郷土天文館 サポーター
第9回	7/10(火)	かだらのつぼを知って健康増進	柳本 真弓
第10回	7/17(火)	三味線・箏・尺八のレクチャー付 邦楽ライブ	小山 貢山ほか

※各回のタイトル・講師は変更することがあります。

リサ・ヴォート

米国Washington州生まれ。メリーランド州立大学にて「A.A.日本研究」「B.S.経営学」を、テンプル大学大学院にて「TESOL修士」を修める。現在、青山学院大学・明治大学非常勤講師。おもな写真集・著書に『White Gift-ホワイトギフト』（木耳社）『伝える伝わる英会話』（NHK出版）など。

安田 まゆみ（やすだ まゆみ）

マネーセラピスト、コミュニケーションアドバイザー。年収170万円のシングルマザーさんから、数十億円の資産家の方まで、赤字家計脱出、資産運用、離婚後のお金相談、争族(相続)回避相談など、お金にまつわる相談を有料で受けている。日本テレビの報道番組コメンテーターやNHKの情報番組、教育テレビ「すくすく子育て」ほか、マスコミ出演多数。新聞雑誌等でも活躍中。自治体や企業、大学、大使館などで年間100回近くの講師活動をしている。1級ファイナンシャル・プランニング技能士。

内田 厚子（うちだ あつこ）

社会福祉士・ファイナンシャル・プランナー等の資格、東北福祉大学大学院修了、東京医科歯科大学・早稲田大学エクステンションセンター等で社会保障科目を担当、東京都金融広報委員会（日本銀行）委嘱講師。安心できる人生・社会づくりをめざして、社会保障制度全体の知識普及をライフワークとしている。

佐々木 愛（ささき あい）

大日本印刷（株）秀英体開発室。主に明朝体の開発を担当。2011年1月から巡回中の展覧会「秀英体100」では企画を担当。

井上 勝也（いのうえ かつや）

昭和42年早稲田大学大学院修了。東京都老人総合研究所、筑波大学などを経て、現在、筑波大学名誉教授。専門は「老年心理学」。高齢者の生きがい（高齢者の生きがいとはどんなもので、なぜ生きがいが必要なのか、など）や、認知症のこころ（認知症の病者のこころにどのように対応するか、など）の研究に従事する。著書：『堂々たる寝たきり』（大日本図書）、『歳をとることが本当にわかる50の話』（中央法規出版）など。

柳本 真弓（やなもと まゆみ）

鍼灸あん摩マッサージ指圧師、医療リンパドレナージュセラピスト、目白鍼灸院院長、東京療術学院講師、女子美術短期大学非常勤講師。著書『NHKきれいの魔法 保存版 美に効くツボ』（NHK出版）。

小山 貢山（おやま こうざん）

津軽三味線小山流師範。箏（琴）で作陽短期大学邦楽コースを卒業。新宿・吉祥寺・八柱・各種カルチャーセンター・津軽三味線・箏（琴）講師、早稲田大学津軽三味線愛好会三津巴講師。沖縄三線にて新人賞。NHK「歌謡コンサート」にて細川たかしの伴奏などメディア・イベント出演も多い。FEIレコード千野出版より「あなたも弾けるやさしい津軽三味線入門」DVDを出版。外国人観光客への文化体験にも力を入れ、NPO法人「日本文化体験交流塾」理事。

