



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 後期 ～シニアライフを充実させるために～ ※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。

シニア世代にとっての生涯学習という観点から、地域・社会のことや文化・芸術、現代的課題など、いろいろなテーマを同じ世代の仲間とともに学びます。

講座番号 シー総

時 間：午後2時30分～4時30分

場 所：築地社会教育会館ほか

※第3回は現地集合・現地解散

回 数：10回

受講料：2,000円

材料費：500円

回数	日 程	講 義 内 容	講 師 名
第1回	9/12 (火)	【健康増進】※体験あり 疲れをためない習慣づくり～ストレッチ～	佐藤 基之
第2回	9/19 (火)	【文学】 中央区と文学～池波正太郎の世界～	鶴松 房治
第3回	9/26 (火)	【施設見学】 中央清掃工場へ行こう！ ～おはなしと見学で知るごみ問題～	中央清掃工場
第4回	10/ 3 (火)	【現代社会】 日本、そして世界の経済と私たちの生活	金融と証券を 学習する会
第5回	10/10 (火)	【アロマ・メディカルハーブ】※体験あり 不眠などの身体の不調に合わせたハーブティーと 認知症予防に良い香り	加納 孝広
第6回	10/17 (火)	【わがまちを知る】 演劇・映画の専門図書館 松竹大谷図書館の取り組み	松竹大谷図書館
第7回	11/ 7 (火)	【文化】 中央区と演芸～名作落語で知る中央区の姿	瀧口 雅仁
第8回	11/21 (火)	【健康増進】※体験あり 脳力・筋力アップ ～動けば変わる！てめぐい体操～	山崎 美貴子
第9回	11/28 (火)	【救命救急】※体験あり 命を救う応急手当を知りましょう	小谷 好美
第10回	12/ 5 (火)	【芸術・体験型クラシックコンサート】 音楽を聴いて旅をしよう～自然をテーマに～	村松 裕子 竹中 勇人 渚 智佳

※各回のタイトル・講師は変更することがあります。

佐藤 基之 (さとう もとゆき)

介護予防運動指導員、米スポーツ医学会認定パーソナルトレーナー。ブラジルサンパウロ州アルタ・アララクアレンセ体育大学卒業。トレーナーとして個人、法人の指導をこなす傍ら、中野ジェームズ修一氏とともに書籍の監修や作成、スポーツの楽しさを伝えるイベント、指導者向けの講師としても精力的に活動。2014年から青山学院大学陸上競技(長距離ブロック)のフィジカルトレーナーの一員として活動。

鶴松 房治 (つるまつ ふさはる)

池波正太郎記念文庫指導員、池波正太郎真田太平記館指導員。明治大学演劇学専攻卒業後、劇団新国劇に入団。制作部在籍中に池波正太郎作品の演出助手を務め、その後、私的なアシスタントを生前15年間行う。著書に『池波正太郎が愛した江戸をゆく』(朝日新聞出版)など。

NPO法人 金融と証券を学習する会とは

一般市民の方に、金融トラブルに関わらないための知識や資産運用に関連する正しい知識を広めることを目的として、2016年2月に設立された団体。ボランティアによる講師が、中立・公正な立場から、長年の経験を基に金融、経済、証券などに関する基礎知識について、市民目線に立った“分かりやすさ”を信条に解説・説明を行っている。

加納 孝広 (かのう たかひろ)

グリーンフラスコ株式会社・グリーンフラスコ研究所・植物療法士、介護福祉士。16歳の頃より介護の世界に身を置く。心身に優しく作用する植物療法との出会いにより、現在は健康に役立てた「緑の医学」を提唱しているグリーンフラスコにて、子どもから大人まで家庭でも手軽に使用できる植物療法の普及に努めている。

公益財団法人松竹大谷図書館とは

1958年に開館した、演劇・映画の専門図書館。演劇、映画、日本舞踊、テレビなどに関する、台本、プログラム、写真、文献、雑誌、などの資料を一般公開し閲覧に供している。松竹が手掛けた興行関連資料から、他社の資料まで、総数約46万点を幅広く収蔵し、利用者へのサービスに努めている。

瀧口 雅仁 (たきぐち まさひと)

芸能史研究家、恵泉女学園大学講師。新聞・雑誌などで寄席・演芸評、演劇評を執筆。主な著書に『嘶家根問』『落語の達人』(彩流社)、『平成落語論』(講談社現代新書)、『古典・新作落語事典』(丸善出版)、編著に『八代目正蔵戦中日記』(青蛙房)など。CD「現役落語家名演集」(ポニーキャニオン、コロムビア)の監修・解説も担当。

山崎 美貴子 (やまざき みきこ)

NPO法人グループあいびー理事長、健康運動指導士、日本教育キネシオロジーブレインジムインストラクター、シナプソロジー普及会教育トレーナー。自治体、民間企業で脳と身体の健康づくりをテーマにした講座、講演会、指導者育成を行っている。

小谷 好美 (こたに よしみ)

応急手当普及員、杉並区救急協力員。長年にわたり消防署・保健所などで、救急救命講習指導を実施し、その指導に関して大変わかりやすいと高評価を得ている。NPO法人竹箒の会所属、東京都ウオーキング協会副会長としても活動中。

村松 裕子 (むらまつ ゆうこ)

新日本フィルハーモニー交響楽団コントラバス奏者。1997年東京藝術大学卒業。同年PMFフェスティバルに参加。翌年新日本フィルハーモニー交響楽団に入団。2001年ドイツ・リュベック音楽大学へ入学。現在は、オーケストラ活動に加え、都内の小・中学校での演奏や指導など、音楽ワークショップリーダーとして幅広く活躍中。これまでに、故江口朝彦、吉田秀、ヨルグ・リノビツキに師事。

竹中 勇人 (たけなか はやと)

新日本フィルハーモニー交響楽団第1バイオリン奏者、東京音楽大学講師。2000年東京音楽大学在学中より入団し、同大学大学院を経て現在に至る。東京音楽大学での室内楽欧州ツアーを行い好評を博す。これまでに、二村英之、中道三代子の各氏に師事。

渚 智佳 (なぎさ ちか)

ピアニスト・作曲家。東京音楽大学付属高等学校ピアノ演奏家コースを経て東京藝術大学大学院修了。京都ピアノフェスティバル、日本学生音楽コンクール全国大会高校の部、園田高弘賞ピアノコンクール、コンセール・マロニエ21の各コンクールにおいてグランプリ優勝。ウィーン楽友協会大ホールで演奏するなど海外公演にも多数参加。これまでに東京都交響楽団、チェコ・フィルなどとの共演多数。

平成29年度の区民カレッジシニアコース生の募集は終了しています。平成30年度の区民カレッジ各コース生の募集は、広報ポスター、広報紙「区のおしらせ 中央」(共に2月1日号)で行う予定です。