

寿大学



生きがいのある生活を送るための学習です。様々な分野について楽しく学びましょう。

毎月第2水曜日 10:00～11:30 (8月は休み)

【会場】倉敷公民館 大ホール

【持参物】筆記用具

回	日	講座内容
1	4/8	心と体の若返りのコツ 講師：井村 圭壯（岡山県立大学名誉教授） 心と体の健康習慣について、やさしい体操を含めて、わかりやすく楽しく学びます。心と体が若返る日常のヒントをお話しします。
2	5/13	【くらしき市民講座】 特殊詐欺被害の現状と対策 講師：倉敷警察署 生活安全課 企画係長 被害件数や被害額が増加している特殊詐欺。被害者層も拡大しています。大切な資産を守るために、自分で、地域でできる対策をして、詐欺を撃退しましょう。
3	6/10	動いて、眠って、笑って 健康寿命をのぼそう！ 講師：府木 薫（健康運動指導士、スポーツトレーナー） 健康寿命をのぼすには、運動、睡眠、メンタルケアが大切です。動いて、眠って、笑って。一緒に身体を動かして健康寿命をのぼしましょう。
4	7/8	歌は私の命 講師：元吉 恵子（音楽家、くらしき作陽大学名誉教授） 日本ジャンボリーで外国の方の前で演奏したことをきっかけに海外へ憧れ、全国での演奏活動やコンクールに挑戦しイタリアへ留学。海外コンクールを経てイタリア・ドイツでのオペラデビューを果たしました。私の歩んできた歌への道のりをお話しします。
5	9/9	【くらしき市民講座】 倉敷周辺の遺跡の発掘調査から探る吉備の歴史 講師：河合 忍（岡山県古代吉備文化財センター 調査第三課 課長） 倉敷市内には弥生時代で最大の墳丘を誇る楯築墳丘墓を筆頭に、重要な遺跡が数多く残されています。今回は、酒津遺跡や中津遺跡など倉敷周辺の遺跡の発掘調査の貴重な成果を紹介しながら、考古学的な視点で地域史を眺めてみます。

※ 欠席される際は、倉敷公民館 ☎086-423-2135までご連絡ください。

※ 講座開講2時間前の時点で市内に、「暴風警報」もしくは「特別警報」が発令されている場合は中止とします。なお、開講が不明な場合はお問い合わせください。

※ 日程や講座内容は、変更となることもありますのでご了承ください。