

事業名	厚岸町生きがい大学
開催日	平成28年4月～平成29年3月
開催場所	真龍小学校など

- 趣 旨 厚岸町の高齢者が、急激な社会の進展に適応するために必要な教養や生活技術等を習得し、自立的な生活意欲を高め、豊かな人間関係を培い生きがいのあ  
る人生を送ることを目指して開設する。
- 主 催 厚岸町教育委員会
- 学 生 数 43名
- 内 容 教養、健康、防犯など様々なテーマの講座やクラブ活動などを月に1回開催  
しています。クラブ活動は、陶芸・カルトナージュ・リズムダンス・和紙絵・  
書道・福祉スポーツの6種類で、完成した作品は町民文化祭作品展に出展しま  
す。

## 活動計画

年月日	活動内容	
4月12日	始業式 歴史講座	
5月19日	防災講座	クラブ活動
6月14日	健康講話	クラブ活動
7月12日	音楽講座	クラブ活動
8月9日	ふまねっと講座	クラブ活動
9月20日	教養講座	クラブ活動
10月21日	Aコース:消費生活講演会	
10月24日	Bコース:町外研修(北見市)	
11月19日	生涯学習講演会	
12月13日	教養講座(映画鑑賞)	
1月10日	異世代交流学习	
2月14日	料理講座	レクリエーション
3月28日	卒業式	



## 《4月》

今年度の生きがい大学は新入学生を11名迎え、総勢43名でスタートしました！

4月の講座は「歴史講座」です。講師に海事記念館の車塚さんに来てもらい、NHKの連続テレビ小説「あさが来た」にからめた講座を開催しました。内容は「あさが来た」の時代、厚岸町はどのような歴史をたどったのかという内容を講義していただきました。

## 《5月》

第2回の講座は「防災講座」でした。講師に役場総務課危機対策係の薩田さんにきてもらいました。

東日本大震災の津波の映像を見たり、過去厚岸で起きた災害を振り返ったりして、これから災害がおきたときにどんな避難行動をとるべきかを学習しました。

5月からクラブ活動がスタートです！陶芸・カルトナージュ・リズムダンス・和紙絵・書道・福祉スポーツの6つのなかで入りたいクラブに入り、活動していきます。



## 《6月》

3回目の講座は、糖尿病予防について「今から10年後のすい臓と腎臓を守りましょう」という題で行いました。講師は、保健師の石川さんです。

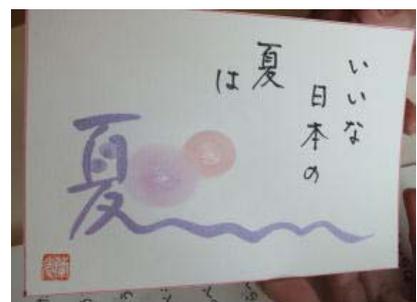
治療にかかる費用のことや予防方法、効果的な運動などを紹介しました。生徒の皆さんは、熱心にメモを取ったり、紹介された運動を試してみたりと学習に積極的でした。



## 《7月》

7月の講座は「音楽講座」です。講師は、町内在住の今村幸代さんで、童謡や唱歌、昭和歌謡を学生みんなで楽しく歌いました。歌うことは、のどや口の筋肉を鍛え、健康につながるそうです。皆さん楽しそうに歌っていて、「またやりたい」とのお声をいただきました。

講座の最後に、今村さんから学生に手作りの絵はがきのプレゼントがあり、講師の心づかいにみなさんとても感動していました。



## 《8月》

講座は今月で5回目となり、講師に田中医院の長尾さんを招き「ふまねっと講座」を実施しました。「ふまねっと」とは、50センチの四角い網でできたネットを、踏まないように色々なステップで歩く運動です。ステップを踏みながら手拍子を打ったり、音楽に合わせて歩いたり、みなさん和気あいあいと汗を流していました。



## 《9月》

今回は教養講座ということで、釧路法務局の原田さんに来ていただき『戸籍』について話してもらいました。法務局はどんな仕事をしているのか、戸籍の仕組みなど興味深い内容ばかりで、学生の皆さんも質問をしたりして熱心に受講していました。

5月から始まったクラブ活動が、今月で最終回を迎えました！クラブ活動で作成した作品は、厚岸町民文化祭に出展されます。



## 《10月》

10月は、消費生活講演会と町外研修の2つのコースを設けて実施しました。

### ・Aコース 消費生活講演会

講演会は情報館で開催され、講師はさまざまなテレビ番組に出演している弁護士の住田裕子先生でした。「笑顔で過ごせる毎日のために～知っておきたい法律あれこれ～」と題して、ユーモアたっぷりとても為になる講演でした。

講演会終了後は、みなさん「とても楽しかった！」と笑顔で会場をあとにしていました。

### ・Bコース 町外研修（北見市：菊まつり）

今年度の町外研修は、北見市の菊まつり見学でした。菊まつりの会場では、飾られている菊人形と一緒に写真を撮ったり、お土産を買ったりと終始楽しそうに過ごしていました。お昼を食べた後は、オホーツク観光物産本店にて買い物をし、厚岸町に戻りました。



↑ 消費生活講演会

↑ 菊まつり