

主な記事

ステージアップ

# Stage Up

- ・笑いや音楽で地域に笑顔を!  
「川崎セブンスター」の取組
- ・童謡・唱歌でシニア時代を謳歌  
ほほえみの和「陽だまりの会」
- ・年に40回以上のおはなし会  
「ひよこの会」の取組
- ・財団情報「実りの秋に、シニア  
向けボランティア・講座特集」

詳細・他記事等

- ◆ 施設めぐり
  - ・川崎市黒川青少年  
野外活動センター
  - ・幸図書館
  - ・川崎市民プラザ
- ◆ 情報ポケット
  - ・秋の☆キラリ  
文化教室
  - ・お楽しみコーナー  
クイズに答えよう!
- ◆ お知らせ
  - ・2018年度 後期  
地域協働講座
- ◀ 緑化センターを  
流れる二ヶ領用水  
撮影日  
2013年8月8日



## <インターネット川崎ガイド>シリーズ③ 緑化センターを流れる二ヶ領用水

多摩川の宿河原堰から取水した二ヶ領用水は、緑化センターの緑の吊り橋下を流れていきます。一年中、人々のオアシスの場となっており、とりわけ桜の季節には花見客で賑わい、暑い夏には涼を求めて大勢の人たちが訪れます。

【インターネット川崎ガイドでは、川崎市全域の公共施設、観光・散策スポット等の写真(著作権フリー約10,000件)を公開しています】

インターネット川崎ガイド

検索



発行・(公財)川崎市生涯学習財団

〒211-0064 川崎市中原区今井南町28番41号

TEL 044-733-5560(代) FAX 044-739-0085

http://www.kpal.or.jp/ E-mail:stage-up@kpal.or.jp



当財団は市民の主体的な学びと活動を支援するための諸事業を推進しています。

## 笑いや音楽で地域に笑顔を! 「川崎セブンスター」の取組

### 楽しさと笑顔で地域の活性化に貢献

今年2月12日、かわさき市民活動センターで行われた「ごえん楽市」で漫才を披露し、会場を笑いの渦に引き込んだ「ザ・ショウマンU&M」(梅本誠さんと牧野



▲「2018.2.12ごえん楽市で漫才」(梅本誠さんと牧野克己さん)のお二人からお話を伺いました。

お二人は2013(H25)年、かわさき起業家塾で出会いました。起業の創業プラン発表で牧野さんは漫才を披露しました。梅本さんは、楽しさと笑顔で社会貢献しようとする牧野さんの心意気に惹かれたそうです。翌年には、自らプロデューサーとなり優れた芸を持つメンバーを募りました。「笑いや音楽で地域に笑顔を!」をモットーとする「川崎セブンスター」(以降「同会」と略します)を立ち上げます。名前の由来は、川崎市の7つの区に住んでいる市民のみなさんを星のように照らそうという思いが込められています。



▲「2018.4.28 さくらの丘公演(川崎市麻生区)」同会のメンバー

現在の同会のメンバーは、漫才・講談・フラダンス・歌謡ショー・腹話術・民話朗読劇・手品等多岐にわたっており、ひととひととの交流を作り、地域の活性化に貢献することを目的として活動しています。昨年度は、高齢者向けの施設、障がい者向けのイベント、地域の交流会、開店イベント、企業研修等で、年間36回公演を行いました。

6月15日午後、川崎区のあいにく会館7階の地域交流室で「しおん いこい 喫茶」があり、同会が公演しました。①萩坂心一さんの朗読する民話朗読劇「大山の天狗」②あいマイさんの腹話術の懐かしい花嫁メドレー③鳩ちゃんがお客さんに振り付けを教えながら演じたフラダンス④マッキーさんのお楽しみ講談⑤三井砂奈さんの美声の歌謡ショー。最後に365歩のマーチを同会メンバーとお客さん全員で歌いました。お客さん

からは、どの演目も大きな拍手や掛け声があり、笑いと和やかな雰囲気での公演となりました。



▲「2018.6.15 しおん いこい 喫茶公演(川崎市)」同会のメンバー

### 職員の元気が入所者の笑顔につながる

公演を続ける中で、嬉しかったことを話してくれました。施設の慰問時に、一番笑ってくれたのが施設に勤める職員たちでした。職員の笑顔に誘われて施設のメンバーも一緒になって笑います。施設の所属長さんからも「職員が元気で明るくなるので、入所している方々も笑顔になっている」と話します。毎日忙しく働く職員が、慰問によって元気になることが嬉しいと二人は話します。

また、違う養護施設の慰問時、同会の公演を満面の笑みを浮かべて観ていた方が持病で亡くなったそうですが、「公演の演目の中でカッパ役をしたカッパさんと一緒に撮った写真は、今でもご家族が大切な宝物にしており、人生の最終ステージを笑顔で過ごせたことに心より感謝してます」という施設からのお礼もあったそうです。

### 笑いを通して元気に豊かな毎日を送る

牧野さんは、漫才はもちろん、司会・数字脳トレ・歌唱等に挑戦し総合エンターテイナーをめざしています。高校時代には、漫才師に弟子入りしたこともあるそうです。梅本さんは、夫婦漫才「よりより」も結成、皆さんに笑ってもらうためにいつもネタ探しをしています。



▲ 牧野さん(左)と梅本さん

今後に向けて、「年1回、同会LIVEを麻生区のみやもり交流館で開催していますが、南部の地域でも行っていきたい」「同会の後継者として次世代演者の人材発掘をすすめたい」「同会の活動をサポートしてくれるスポンサーを探したい」等、活動や課題について考えています。

笑いの効用が一番という同会の公演をぜひご覧いただき、笑いを通して元気に豊かな毎日の生活を送りたいものです。

## 童謡・唱歌でシニア時代を謳歌 ほほえみの和「陽だまりの会」



▲ 多摩区民祭コーラスの集い(2015)

6月5日、宮前平駅から徒歩8分の川崎愛児園内の交流スペースでコーラスの練習をしている、ほほえみの和「陽だまりの会」(以降は「同会」と略します)を訪ねました。毎月2~3回(火曜日の午後)の稽古日(活動日)を設け練習しています。

はじめに、ラジオ体操第一で体をほぐしてから発声練習です。4つパートに分かれた混声合唱では「これから楽しく歌いましょう」と歌いながら声を重ね合わせていました。

### 講師の先生から本格的な指導

歌唱指導の小川聖子先生とピアノ伴奏の河野順先生が毎回稽古日には熱心な指導をしています。「めだかの学校」の合唱では、お腹を



▲ 河野先生(左)と小川先生

使って音声を響かせることを大事にする指導をしていました。「ふるさとの四季」ではパートに分かれて練習した後、声を合わせていました。団員は先生に楽譜の意味を聞いたり、他のパートの声を熱心に聴いたりしていました。

### ハーモニーから元気をもらう

同会は、宮前区文化協会の主催した童謡講座からスタート。自主グループとなって合唱団を結成して9年目を迎えます。同会の千葉浩三郎団長は、「子どもの頃に歌った童謡や唱歌を仲間と歌う楽しさや喜び、合唱のハーモニーから元気をもらっている」と話します。



▲ 千葉浩三郎さん

### 老人施設の慰問や音楽祭等へ出演

2010(H22)年から、「宮前区文化協会主催文化祭」「J&S陽だまりコンサート」に参加、最近では、「多摩区民祭コーラスの集い」「プラチナ音楽祭」に参加しています。また、老人施設へ慰問をして、童謡や唱歌の素敵なコーラスを披露しています。昨年(2017)の12月には、川崎愛児園の子どもたちと、交流コンサートを行いました。

9月15日に開催する「プラチナ音楽祭2018」や中原区文化協会50周年(10月下旬)にも参加する予定で練習に励んでいます。

■ 問合せ 千葉浩三郎さん TEL 044-855-8951

## 年に40回以上のおはなし会 「ひよこの会」の取組

プラザ田島(教育文化会館田島分館・川崎図書館田島分館)の児童室では、子どもたちにおはなしのおもしろさ、本を読む楽しさをあじわってもらおうと、毎週水曜日15時~15時30分「おはなし会」を開催しています。おはなし会を担当するのは、「ひよこの会」(以降「同会」と略します)のみなさんです。

### 同会とプラザ田島の職員で毎週開催

同会は、プラザ田島が設立した1992(H4)年10月と同時期に発足し今年で26年目になります。おはなし会は、設立当時から同会会員とプラザ田島の職員が協働で毎週(年間約40回)開催しています。訪れた5月16日のおはなし



▲ パネルシアター

し会は、3冊の本の読み聞かせと手作りの手袋人形「ニワリとヒヨコ」、パネルシアター「お空の雲さん、見ていたら」で、手作りの温かさに触れました。この日は、毎月行っている定例会の日で、おはなし会等の当番の調整やおはなし会で読



▲ 和やかな雰囲気毎月一回の定例会

む本の相談をしています。

同会の活動は、プラザ田島でのおはなし会の他に、小学校のわくわくプラザ・支援級放課後デイサービス(毎月1回)やこども文化センター・プラザ田島まつり等でおはなし会をしています。

### 一緒に活動することが心地よい

同会代表の矢ノ下さんは「子どもと本をつなぐきっかけになれば」と話します。会員のみさんから「会は居心地がよく、みんなで楽しく活動できる」「孫に絵本を読んで聴かせたい」「他の方のおはなし会を聴くのが楽しい」「子どもと良質な時間を過ごしたい」また、課題としては、「会員の確保」「大勢の方に来てもらえる広報の工夫」が必要だと話します。

おはなし会へのご参加をおすすめします。

■ 問合せ 川崎図書館田島分館 TEL 044-333-9120

# 実りの秋に、シニア向けボランティア・講座特集



これからの秋以降に開催される、シニアの方向け「ボランティア事業」「養成講座」「講演会」情報です。ぜひご参加ください。

## ○保育ボランティア

財団主催の講座受講生のお子さんを保育します。→



最初は不安げな子どもが、徐々に楽しんで遊びだす姿にやりがいを感じます。

養成講座

H31年2月頃に連続講座を予定

川崎市内の小中学校で環境出前授業を行い省エネルギーについて学んでいます。→

## ○環境ボランティア



## ○特別支援ボランティア



←川崎市内の小中学校で、支援を必要とする子どもたちをサポートします。

「台風の中で発電しよう」等、子どもの発想にはいつも驚かされます。

←養成講座 日時・曜日：  
10/2,9,16,23,30 (火)  
(13:30~15:00)  
募集開始：8/30 (木)  
朝9:00~申込先着順

最初は不安でしたが、ベテランの先生や先輩のアドバイスに勇気づけられました。

川崎市内の小中学校のPC活用授業で、子どもたちのPC操作をサポートするボランティアです。→

## ○PCボランティア



小学生と接する中で、分かりやすい操作を教えるよう、心がけるようになりました。

PC・環境ボランティアはH30年度の養成講座を行いません。来年度の開催についてはH31.3月以降にホームページ・チラシ等でお知らせいたします。

## ○シニア講演会

シニア世代の活力ある活動を支援するため、毎年テーマを変えて講演会を開催しています。

82歳現役医師に聞く、元気が湧き出る生活術！



# 老い越せ、老い抜け、老い飛ばせ

医学博士：杏林大学  
医学部名誉教授  
メディアへの出演：  
「午後は○○・おもいっきりテレビ」  
「生活ホットモーニング」等多数。  
著書：専門書・一般書  
書含め70冊以上。

## 講師 石川 恭三 氏

老化・認知症防止の秘策、「一読・十笑・百吸・千字・万歩」とは？面白くて、ためになる、医師おすすめシニア生活術の講演です。

# 9月11日 火

受講無料・140名様

14:00~16:00 (開場13:30)

## 申込先着順

※定員になり次第、締め切ります。

7/30(月)9:00~ 当財団ホームページのフォームに入力  
申込開始 または、窓口申込・電話申込

- <必要事項> ①氏名/②フリガナ③住所  
④電話番号(日中、ご連絡可能な番号)  
⑤年代(50代以下・60代・70代・80代・90歳以上)

この講座は、中原市民館が実施している「健康的なシニアライフを送るために」(全5回)の1回目の講座と共催です。全回受講希望(9/19,26・10/3,17)の方は、中原市民館へお電話(044-433-7773)でお申込ください。10/17に石川恭三先生のまとめの講座があります。

お問い合わせ  
受付

(公財) 川崎市生涯学習財団 事業推進室

TEL 044-733-6626

かわさきの生涯学習情報

検索

# 施設めぐり

## 市内公的施設の紹介

麻生区

### 川崎市黒川青少年野外活動センター

小田急多摩線「黒川駅」下車徒歩3分  
TEL 044-986-2511

#### 豊かな自然の中で自主性と協調性を育む施設



▲ 正面玄関から

川崎市黒川青少年野外活動センター(以降「同センター」と略します)は、旧柿生小学校黒川分校があった場所で、1983(S58)年に廃校となってから、名称を変え親しまれてきました。1991(H3)年に現在の建物が完成し、多くの方々に利用されています。

黒川の豊かな自然の中で、子どもたちの体験活動や仲間との宿泊体験にチャレンジできる場所です。子どもたちの自主性・協調性を育み、青少年の豊かな心と健康な体を育てるこ

とを目的とした施設です。

#### 主催事業と受け入れ事業

同センターは、「青少年体験事業」「指導者養成事業」



▲ 自然体験フェスティバル

「里山体験事業」等、多くの主催事業(P7参照)を実施しています。

また、職員たちは受け入れ(受託事業)で日帰りや宿泊で利用する団体に

対して、安全に楽しく過ごせるように、率先してプログラムの提供やアドバイスをしています。

幸区

### 幸図書館

JR川崎駅ラゾーナ広場のりば・武蔵小杉駅前から市営バス71系統  
「幸区役所入口」下車徒歩3分  
TEL 044-541-3915

#### 閲覧室から竹の見える落ち着いた図書館

幸図書館は、幸文化センター(市民館・図書館)



▲ 外の竹が見える閲覧室

の一階にあり、閲覧席からは外の竹も見える落ち着いた雰囲気 of 図書館です。1980(S55)年7月の設立以来、地域の人々から親しまれ活用されています。

蔵書数は約14万3千冊(約4万冊が児童書)で、年配者に人気の高い「大活字コーナー」も用意されています。幼児向けやティーンズ向け、女性誌、男性誌等多様なジャンルの雑誌(130種)・新聞(15種)

をそろえています。

定期的(月に一度程度)に話題の作家や関心の高いテーマで特集コーナーを設け、市民が本に親しむきっかけをつくっています。



▲ 本の貸出・返却カウンター

特に、子どもたちには、おはなしのおもしろさ・本を読む楽しさをあじわってもらおうと館内の絵本コーナー等で、職員やボランティアグループ「幸えほんの会」、「語りの会 ストーリーテリング幸」、「幸国際子育てクラブ トントン」などが年間を通しておはなし会・語りの会等を開催しています。詳しくは、図書館にお問合せください。

高津区

### 川崎市民プラザ

東急田園都市線「梶が谷駅」徒歩15分  
TEL 044-888-3131

#### 天候に左右されない屋内広場

高津区新作にあり、1979(S54)年5月に開館した川崎市民プラザは、文化・教育・体育・娯楽等、様々な機能を含んだ、複合型公共施設です。



▲ 市民プラザ外観

施設中央に位置する「屋内広場」は一年中天候に左右されずに使えるように4本の大きな鉄骨によって支えられたガラス屋根で覆われ、植物の緑や花のいろどりを楽しむことができます。

様々な催しを通して健康の増進や文化の振興、市民相互の連帯を深める場として活用されています。

#### 平成30年度 主な事業

7月には「七夕まつり」「プラザの縁日」「人形劇まつり in川崎市民プラザ2018」等を開催し、大勢の市民が訪れました。

#### ◆9月23日(日)「フリーマーケットin川崎市民プラザ」

10時～15時、市民プラザ・屋内広場でフリーマーケットを開催。天候を気にせずにお買い物ができます。40ブース出店(予定)。

#### ◆10月6日(土)「マジックショー」 12時～13時

不思議なフシギなマジックの世界をご覧ください。

#### ◆12月14日(金)「クリスマスお楽しみ会」 16時30分

開演(16時開場)ツリーの飾られた屋内広場でクリスマスコンサートとバルーンショーを開催。

## 黒川青少年野外活動センター

川崎市黒川青少年野外活動センター

検索

### 大勢の方に参加してもらえるように

5月28日、当センターを訪れ、広報担当の片岡さんから施設や主な事業を伺いました。夏季に行われる小学校低学年対象の「はじめてのおとまりキャンプ」は、とても人気があります。他にも資格を取得できる「ネイチャーゲーム」や「バーベキュー(BBQ)インストラクター初級・上級」講座等を行っています。片岡さんたち職員は、抽選や人数制限のある人気の事業やイベントをできるだけ多くの人に体験してもらえるように工夫しています。玄関を入ってすぐのホールには、事業やイベント



▲ 薪づくりの様子

の写真がパネルで掲示されており、年間を通して当センターが利用されていることを知ることができます。グラウンドでは野口透所長が、製材時に丸太の原木から出る端材等を譲り受け、チェーンソーで薪づくりをしていました。5月29日の同センターのブログでは、薪倉庫が薪でいっぱいになっていました。

### 活動を毎日紹介 ブログ「どんぐり山通信」

ブログ「どんぐり山通信」には、同センターの主催事業や受け入れ事業(日帰り・宿泊)で利用する団体の生き生きとした活動が写真と共に毎日掲載されています。

### 2018年(H30)度 主な主催事業

#### ◆青少年体験事業

- ・くろかわ森のようちえん(年50回以上)
- ・黒川満喫プログラム(GW・夏休み)
- ・親子アウトドア教室(年3回)
- ・宿泊キャンプ(年2回夏季)
- ・黒川のおもちつき(12月)
- ・黒川大鍋まつり(2月)
- ・自然体験フェスティバル(3月)



▲ 活用される野外炊事場

#### ◆指導者養成事業

- ・ネイチャーゲーム講習会(4月)
- ・BBQ初級・上級インストラクター講習会(6月)
- ・野外レクリエーションセミナー(6月)
- ・アウトドアクッキング講習会(10月)

#### ◆黒川・里山事業

- ・ネイチャーボランティア(年12回)
- ・里山満喫プログラム(2月)
- ・アウトドアキッチン(隔月)



▲ ネイチャーボランティア

### 2018年 川崎市生涯学習プラザ

## 秋の☆キラリ文化教室のご案内

	講座・教室名	日時・曜日
1	楽しく歌の教室	10/9・16,11/6・20, 12/4 13:20~14:50(火)
2	メディカルハーブ&アロマテラピー	10/16・30,11/13・27,12/11 10:00~11:30(火)
3	風景写真教室	11/1・15・29,12/6・20 14:00~16:00(木)
4	色えんぴつ画入門	10/22・29,11/5・26,12/3 14:00~15:30(月)
5	ワインを気軽に楽しむ (20歳以上)	10/10・24,11/7・21,12/5 14:00~15:30(水)
6	切り絵	10/5・19,11/2・16・30 10:00~12:00(金)

<会場>生涯学習プラザ会議室 他

<定員>20名程度

すべての講座 全5回・受講料は4,500円+実費

<申込>☆締切:各教室とも9月14日(金) 必着

☆対象:15歳以上の方(ワインを気軽に楽しむは20歳以上)

☆方法:①ハガキ(教室名・住所・氏名・電話番号)

②直接プラザ窓口 ③TEL733-6626 FAX733-6697

☆受講料払込:抽選結果を9月14日以降に郵送

☆受講応募多数の場合は抽選、人数により中止もあり

〒211-0064 中原区今井南町 28-41

生涯学習財団文化教室担当



## ◆お楽しみコーナー

### クイズに答えよう!



旧稲毛領と川崎領の農地に水を引くために、江戸時代の初めに建設された全長30数kmの農業用水が二ヶ領〇〇です。(表紙参照) 下の〇にあてはまる言葉を入れてください。

『二ヶ領〇〇』

#### 【応募方法】

①答え ②〒・住所 ③氏名 ④Stage Upの入手場所 ⑤今号の誌面でよかった記事(理由)を書いて、はがき、FAX、E-mailで担当宛、応募してください。

※締切 2018年8月31日(金) 必着

※正解 ホームページ及び次号に掲載

※正解者3名に500円の図書カードを贈呈

(発表は発送に代えさせていただきます)

〒211-0064 中原区今井南町28-41

川崎市生涯学習財団 Stage Up(ステージアップ)担当

E-mail:stage-up@kpal.or.jp

TEL 733-5811 FAX 739-0085

※個人情報、発送業務以外の目的では使用しません。



☆222号のクイズの答え・・・健康

# 放送大学平成30年度10月入学生募集!

(教養学部・大学院文化科学研究科修士課程)

出願期間(インターネット出願もできます) 第1回 平成30年6月15日(金)~平成30年8月31日(金)  
第2回 平成30年9月1日(土)~平成30年9月20日(木)

## 東京渋谷学習センター 公開講演会・大学説明会・入学相談会のご案内

住所:渋谷区道玄坂1-10-7 五島育英会ビル1階 TEL:03-5428-3011  
最寄駅:渋谷駅(JR、東京メトロ、東急、井の頭)下車 徒歩5分~10分  
◇公開講演会(要予約) ※詳細は決定次第、大学ホームページ等でお知らせします。  
平成30年8月12日(日)午後  
テーマ「臨床心理学(予定)」 講師/小野けい子(放送大学教授)  
★講演会終了後、入学相談会を行います。  
会場/渋谷シネタワー11階 AP渋谷道玄坂(渋谷区道玄坂2-6-17)  
申込み/大学ホームページで受け付けます。  
◇大学説明会・入学相談会のご案内  
会場/東京渋谷学習センター(渋谷区道玄坂1-10-7)  
■大学説明会(予約不要)  
平成30年8月19日(日) 14:00~14:30  
■入学相談会(要予約) 各日とも10:00~16:30  
平成30年8月19日(日)、8月28日(火)~9月16日(日)  
(9/3(月)、9/10(月)は休館のため除く)  
\*学生種・科目の選び方、出願票記入等々  
\*詳しくは学習センターにお問い合わせください。  
◎入学相談会は事前予約制です。お電話でご予約ください。(月曜・祝日は休館)



## 神奈川学習センター 公開講演会・大学説明会・入学相談会のご案内

住所:横浜市南区大岡2-31-1 TEL:045-710-1910  
最寄駅:市営地下鉄「弘明寺」下車徒歩5分  
京浜急行「弘明寺駅」下車徒歩12分  
市営・神奈中・江ノ電バス「弘明寺」停留所下車徒歩5分  
◇公開講演会(要予約) 13:00~14:45 定員180名  
平成30年8月12日(日)  
「リーマン・ショックから10年---激動の世界経済を考える」  
講師/上川孝夫(放送大学客員教授・横浜国立大学名誉教授)  
講演会に引き続き「大学説明会・施設見学会・入学相談会」15:00~17:00  
※公開講演会等は事前予約制です。お電話でご予約ください。  
◇入学相談会(要予約) 各日とも10:00~12:00、14:00~17:00  
平成30年8月21日(火)~31日(金)(8/27(月)は休館のため除く。)  
平成30年9月8日(土)・9日(日)  
\*学生種・科目の選び方、出願票記入等々  
※入学相談会は事前予約制です。お電話でご予約ください。

# 放送大学

〒261-8586 千葉市美浜区若葉2-11 TEL 043-276-5111(総合受付)

詳しくは、電話・FAX・HPで  
募集要項(無料)をご請求ください。

0120-864-600

www.ouj.ac.jp

検索エンジン(yahoo! JAPAN・Google等)で、「放送大学」とご入力の上、ご覧ください。

放送大学は、1科目から学べる通信制の大学です。

- BS テレビ、BS ラジオ、インターネットで、マイペースに授業が受けられます。
- 各都道府県にあるキャンパスが、学びをサポートします。
- 放送大学「エキスパート」なら、興味のあるテーマを体系的に学べます。

## 2018年度 後期 かわさき市民アカデミー

# 地域協働講座 受講生募集!

早稲田大学大学院教職研究科教授 高橋 あつ子 ほか

### 発達障がいを理解する — 幼児期から学齢期までの子どもへの理解と支援

幼児期から学齢期(小学生)の子どもをめぐる発達障がいの基礎知識、  
当事者や家族が抱える困難について学び、発達障がいへの理解を深め、  
子どもの支え方について考えます。

10月22日(月)~12月10日(月)  
10:00~12:00 計5回  
受講料4,860円 定員70名

市内企業の代表と研究者 ほか

### 地域社会に貢献している 川崎の会社と人々 その17

川崎は京浜工業地帯の中核都市として、日本経済を牽引してきました。  
また、モノづくり企業、先端技術の開発・研究機関を多く抱える  
元気な都市です。川崎を中心とした企業・団体・個人の方々から  
先端技術、モノづくり、環境、まちづくり、福祉等を学び、明る  
い未来を展望します。

10月4日(木)~1月17日(木)  
13:30~15:00 計10回  
受講料8,220円 定員70名

東京大学高齢社会総合研究機構

客員研究員 木村清一 ほか

### 『新たなセカンドライフの創造その3』

高齢期におけるセカンドライフの創造に向けて、  
自分らしい生き方を通して生涯現役を貫き、地域の  
課題解決に貢献できる活動・働き~生きがい就労~  
をする上で役に立つ具体的な事例が学べる講座です。

11月7日(水)~12月5日(水)  
13:30~15:00 計5回  
受講料4,110円 定員50名

終活ジャーナリスト

ライフ・ターミナル・ネットワーク代表

金子稚子

### 最後まで自分らしく! 「いきかた」は自分で決める

人生の最終段階の医療・ケアをどうやって決めて  
いけばいいのかわ、国が進める施策や現場で行われ  
ること、私たちの身に起こることを俯瞰的に学びな  
がら、私たちはどうすればいいのかわをゲームなども  
通して考えていきます。

10月12日(金)~11月16日(金)  
10:00~11:30 計5回  
受講料4,110円 定員50名

聖マリアンナ医科大学 大学院 副院長

峯下昌道 ほか

### 老化を遅らせる最新医学 — 百歳まで生きる

老化を遅らせるために加齢という生物学的なプロセスに介入す  
る抗加齢医学(アンチエイジング医学)が近年注目を集めていま  
す。本講座では人体の主要な臓器における、加齢による様々な疾  
患やそれらを予防する最新医学を学びます。老化を早める動脈硬  
化の予防やがんのような加齢関連疾患をどのようにして発症させ  
ないか等専門家が詳しく解説します。

11月6日(火)~12月4日(火)  
14:00~15:30 計5回  
受講料4,110円 定員70名

会場:川崎市生涯学習プラザ 他  
申込み:詳細を掲載の「かわさき市民アカデミー講座のご案内」パンフレットの受講申込書をご利用下さい。  
(生涯学習プラザや各施設にあります)

ホームページからも申込みができます。http://npoacademy.jp/

問合せ:かわさき市民アカデミー TEL 044-733-5590(平日9:00~16:00)

申込締切 8月17日(金)

定員に満たない場合は先着で追加募集します。