

R8

町民企画参加プログラム

Come to college once a month on Wednesday.

はあとふる学園受講生 募集!

町では町民の皆様が健康で心豊かに生活することを望んでいます。また、より多くの知識を身につけていただきたいと願っています。美浜町は平成16年に「生涯学習のまち」を宣言し、自らが主体的に学び続ける社会をめざし取り組んでいます。そのお手伝いとして、今年度も下記のとおり『はあとふる学園』を実施いたします。多くの方の受講をお待ちしております。

期 間：令和8年6月～令和9年2月 計10回（講義9回、館外研修1回）

会 場：生涯学習センターなびあす

対 象：美浜町に居住する60歳以上の方

（ライフアカデミー共催講座は一般県民対象）

受 講 料：1,000円 ※館外研修は別途

申 込 み：申込書に受講料を添えて、生涯学習センターなびあすにご提出ください。

締 切 り：令和8年5月22日（金）

浜さんカード対象事業

主催：美浜町・美浜町教育委員会
主管：はあとふる学園企画委員会

はあとふる学園プログラム

受講日	時間	会場	学習内容・テーマ	講師（敬称略）
6/17 (水)	午前 10時 00分 より	① なびあす	【開講式】美浜の元気人 心と体をやさしく整える時間をお届けします	気山 加藤 剛・実喜 (ヨガインストラクター)
7/15 (水)		② なびあす	仏教と生き甲斐	浄土宗 善導寺 大門 哲爾
8/26 (水)		③ なびあす	福井ライフ・アカデミー共催講座 ピアノで奏でる絵本の世界	仁愛女子短期大学 幼児教育学科 教授 木下 由香 絵本セラピスト 松井 由起子
9/16 (水)		④ なびあす	「人生会議」で自分が望む未来を	市立敦賀病院 外科医師 横井 繁周
10/21 (水)		⑤ なびあす	①高齢者福祉 いつまでも若々しく！ ②懐かしい歌を歌いましょう♪	①健康福祉課地域包括支援センター 南 里紗 ②糸野 美由紀・伊原 由美子
11/11 (水)		⑥ なびあす	幸福な福井	飛田 章宏 (福井県未来戦略課)
12/16 (水)		⑦ なびあす	～脳活で認知症予防～ コグニサイズを始めましょう！	ほっとリハビリシステムズ 理学療法士 吉本 與史一
1/20 (水)		⑧ なびあす	今やれる空き家対策	NPO 法人ふるさと福井サポートセンター 北山 大志郎
2/17 (水)		⑨ なびあす	【閉講式】 ※タオルをご持参ください。 音楽で身も心もホッとする、そんなひと時	ミュージックケア協会会員 村上 英治
			館外研修検討中	



①加藤さんから一言

*元テーマパークダンサー夫婦が伝える、椅子を使った簡単ヨガと移住暮らし。
できることだけで大丈夫です。
ゆっくりと心と体を整えましょう。



③木下教授から一言

*ピアノの音と、絵本の絵と言葉がそっと寄り添い、皆様の心に優しく包む時間をお届けします。



②大門さんから一言

*日常に活かせる
用い仏教を。



③松井さんから一言

*ピアノと絵本の織りなす世界を是非お楽しみください。



④ 横井医師から一言

*楽しく前向きな終活をしませんか。



いっしょに遊ばせよう!



⑤ -① 南さんから一言

*皆さんが自分らしく、元気に過ごし続けられるようにフレイル予防について体操やお話をします。楽しく、心も体もリフレッシュしましょう。



⑤ -② 糸野さんから一言

*音楽は好きですか?

聴くのも演奏するのも歌うのも楽しいですね。そして、皆で奏でるともっと楽しくなります。

この経験は心に栄養を与えてくれます。元気になります。今年も私達とご一緒しませんか。ピアノ、歌、そしてオカリナもご用意してお待ちしています。



⑥ 飛田さんから一言

*福井県が幸福県と言われる理由とともに、幸せのヒントもお持ち帰りいただければ福(さいわ)いです。



⑦ 吉本さんから一言

*認知症は介護が必要になる主要因となっており、心配される方も多い現状です。一方、運動にはその予防効果が期待でき、コグニサイズが代表例です。深刻になる前に効果的な運動で予防を楽しみましょう。

⑧ 北山さんから一言

*空き家問題は全国的に深刻な問題です。美浜町で起きている課題も含めて、今私たちに何ができるかを一緒に考えていきましょう。



⑨ 村上さんから一言

*聴くもよし、見るもよし、やってみるも、皆それぞれ。でも一緒になれる不思議な音楽の世界。お待ちしております。



R7館外研修を実施しました。

(行き先)

若州一滴文庫・潮音寺

若狭フィッシャーマンズワープ

エンゼルライン





<お問合せ>

美浜町生涯学習センターなびあす

〒919-1141 美浜町郷市 29-3

Tel : 32-1212 Fax : 32-1222

E-mail : navi-us@town.fukui-mihama.lg.jp

(企画委員)

橋本八十男・森山綾子・藤田 均・永井美智代

西島 健・出村節子・塚原洋子

キリトリ✂

NO, 令和8年度『はあとふる学園』入学申込書
私は、『はあとふる学園』で学びたいので、受講料 1,000 円を添えて申込みします。

住所 (〒919-) 美浜町

フリガナ

氏名 年齢 歳

昭和 年 月 日生まれ

日中連絡が取れる電話番号

緊急連絡用ご家族の携帯番号