

学生募集!!

趣 旨

シニア（老人）クラブ活動等のより一層の活性化を図るとともに高齢者の健康づくり等を推進する。また、明るい長寿社会の実現と保健福祉の向上に資するため、健康づくりをはじめとした地域活動を推進する総合的なリーダーを養成する。

講 座 内 容

裏面参照

参 加 資 格

- ①概ね60歳以上の方（60歳未満でも可）
- ②シニア（老人）クラブ会員
- ③シニア（老人）クラブ会員以外の方の参加大歓迎！
- ④開講期間を通じて通学できる方

会 場

六ヶ所村老人福祉センター 他

募 集 人 数

30名

資料代・材料代等 （9回分）

シニア（老人）クラブ会員3,000円、
シニア（老人）クラブ会員以外の方4,000円
入学式当日に徴収いたします。

申 込 方 法

はがき又はFAXにて、住所・氏名・性別・年齢・電話番号・シニア（老人）クラブ会員の有無を記入のうえ、申し込んでください。裏面の受講申込書をご利用ください。

※応募の際にいただいた個人情報は、本大学校の運営に関すること以外の目的で使用することはありません。

申 込 締 切 日

令和8年6月26日（金）午後4時まで（郵送の場合は必着）

※申込多数の場合は抽選とさせていただきます。

※受講決定については、決定者の方のみに文書にてお知らせします。

みんなで楽しく
仲間づくり!



申 込 及 び 問 合 せ 先

六ヶ所村老人クラブ連合会

〒039-3214 六ヶ所村平沼字二階坂92-7 村社協内

TEL 0175-75-3000 / FAX 0175-75-2292

問合せ時間 平日午前9時～午後4時まで

主催 六ヶ所村老人クラブ連合会
公益財団法人 青森県シニアクラブ連合会

裏面もご覧ください

講座内容

講義日 午前10時～午後3時10分

1回目	7月24日(金)	入学式	6回目	10月16日(金)	
2回目	8月5日(水)		7回目	11月6日(金)	
3回目	8月24日(月)		8回目	11月20日(金)	
4回目	9月9日(水)		9回目	12月2日(水)	卒業式
5回目	9月28日(月)		※他に卒業式の謝恩パーティーもあります。		

講義内容

- ・健康体操
- ・お薬と賢く付き合しましょう
- ・ニュースポーツ講習(モルック*)
- ・レクリエーション活動
- ・シニアボウリングゲームを体験しよう
- ・救命講習
- ・施設見学(こけし絵付け体験)
- ・介護保険制度について
- ・笑いヨガ
- ・片付け術について …など

講師の関係上、講義内容の変更があります。

※モルックとは…木製の棒(モルック)でスキttlと呼ばれる木製のピンを倒し、点数を取るスポーツ
卒業生の方より、“参加して良かった!”との声を多数いただいております。

皆さんも是非、参加してみませんか?

受講申込書(六ヶ所会場)

(ふりがな) 氏名	()	性別	シニア(老人)クラブ会員の有無		
		男・女	会員・非会員		
生年月日	昭和	年	月	日	(満才)
住所	〒 -				
連絡先	電話:	FAX:			
	携帯:				

※必要事項を記入のうえ、このままFAXまたはコピーしてお送りください。

申込先: 六ヶ所村老人クラブ連合会 FAX番号 0175-75-2292