

学生募集!!

趣 旨

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ことにより、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老人クラブ会員以外の方の参加大歓迎！
- ③開講期間を通じて通学できる方

会 場

アウガ5階 AV多機能ホール 他

募集人数

40名

受講料 (7回分)

老人クラブ会員3,000円、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・老人クラブ会員の有無を記入の上、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以外のもので使用することはありません。

申込締切日

令和3年7月30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。



申込及び問合せ先

青森市老人クラブ連合会

〒030-0801 青森市新町1-3-7 青森市役所駅前庁舎4階

TEL 017-723-7285 / FAX 017-723-7291

問合せ時間 平日午前9時～午後4時まで

主催

いきいきクラブ青森
公益財団法人 青森県老人クラブ連合会
あすか
青森市老人クラブ連合会

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 | 8月23日(月) 入学式 | 5回目 | 10月26日(火) |
| 2回目 | 9月9日(木) | 6回目 | 11月18日(木) |
| 3回目 | 9月27日(月) | 7回目 | 12月3日(金) 卒業式 |
| 4回目 | 10月14日(木) | | |

※他に卒業式の謝恩パーティーもあります。

講義内容

- | | |
|--------------------|-------------------|
| • いつまでも元気に！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（ユニカール） | • 体験学習「陶芸」「林寿貼り絵」 |
| • ノルディック・ウォーキング | • 終活 |
| • レクリエーション活動 | • スマホ教室 |

…など

場合によっては、講師の関係上、講座内容の変更があります。

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（青森会場）

(ふりがな) 氏名	()	性別	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：		

※必要事項を記入の上、このままFAXまたはコピーしてお送りください。

申込先FAX番号 017-723-7291