

# みどりシニアセミナー（高齢者教室）受講生募集



豊かな知識や教養を身につけ、目まぐるしく変化する現代社会を、「楽しみながら健康で明るく生きがいのあるシニアライフ」を送っていただくための学習の場です。

生きがいと楽しさを求めて、ともに学び、ともに楽しみ、より充実した時間を過ごしましょう。また、学習を通じて仲間と親睦を深めましょう。

**対 象** 緑が丘町にお住まいの 60 歳以上の方

**開催時期** おおむね 第3水曜日 午前10時～12時 年間8回程度

※レディースセミナーと合同開催などにより、曜日が変わることがあります。

※諸事情により、日程の変更や中止する場合があります。

**受講料** 無料（ただし、材料費等は実費負担が必要）

**申込方法** 下記申込用紙にご記入の上、公民館窓口へ提出してください。

**申込期限** 令和8年 3月30日（月）

※開催日時、テーマ等は、毎月発行の緑が丘町地域情報紙「みどりの風」でご案内します。



## 《令和7年度(2025年)の開催内容》

- 5月「“相続”と“争族”のはなし」
- 6月「クイズで学ぶ三木の歴史」
- 7月 男女共同参画セミナー「みんなで助かる防災」～私にできることを考えよう～
- 9月「モルックに挑戦」with 関西国際大学学生
- 10月「どう防ぐ？悪質な訪問・電話での詐欺」
- 11月「人権感覚をみがこう」
- 12月 兵庫教育大学との連携講座 アニメに読む世界史「アルプスの少女ハイジ」
- 1月 落語「初笑い 今年も笑って過ごしましょう」
- 2月「フレイル予防 めざせ100歳健康寿命」
- 3月 館外研修「ジャムづくり体験と食品工場見学」

キ リ ト リ

## 令和8年度 三木市緑が丘町公民館 みどりシニアセミナー 申込書

ふりがな 名 前		性 別	
住 所	三木市緑が丘町 東・中・西・本町 丁目 番 号		
電 話	( ) -		
生年月日	昭和 年 月 日生	年 齢	歳

※友愛クラブの加入について 友愛クラブ会員（東・中・西・本町）・非会員

講座の企画運営のため、アンケートのご記入にご協力ください。

●みどりシニアセミナーではどのような内容を希望されますか？ ○でかこんでください。（複数可）

福祉・人権・歴史・健康づくり・防災・音楽・伝統文化

その他( )

●館外研修について、行先などのご希望があればご記入ください。

( )

