



100歳大学つうしん

HP: 100歳大学.com

118号 2021年5月1日

発行：一般社団法人 100歳大学

住所：〒513-0816 鈴鹿市南玉垣町 6145-9

☎090-4083-1648 メール：100sai.uni@gmail.com

おさそい

このたび「津市中央公民館と（一社）100歳大学が共催」で、100歳まで健康に生きる講座を開講いたします。どうぞ参加して頂きます様にお誘いいたします。

○場所は、津市中央公民館、センターパレス 2 階。津市大門 7-15。駐車は、そばにあります。券を持参すれば無料になります。

(6回講座) 毎月第2水曜日	日程	テーマ	講師
7月14日		食事をバランスよく食べよう。	阿部稚里（三重短大教授）
8月11日		高齢者の健康と健康長寿	北川長生（国立三重中央医療センター 医師）
9月8日		寄合所くじらの報告	佐野佑樹（寄合所くじら施設長）
10月13日		日歌って体も心ものびのび 気功	松岡あつ子（コーラス指導者 藤城孝子（100歳大学講師）
11月10日		地域での取り組み	津市社会福祉協議会
12月8日		振り返りとこれから	花井錬太郎・中田悌夫（100歳大学講師）

○申し込みは6月1日～6月25日まで「往復ハガキ」に「100歳大学、名前、住所、郵便番号、電話番号」を記入し、津市中央公民館に送る。

「〒514-0027 津市大門7番15号、津センターパレス2階」☎059-228-2618

○お問い合わせは☎090-4083-1648（100歳大学）迄、電話して頂きます様に。