

平成29年度
(12~3月)

* 申込みの受付は、開催日の **1ヶ月前** から!

* 参加無料 * 飲み物を持参ください

シニアいきいきセミナー

図書館でいきいきセカンドライフ



文学作品等を参加者全員で一緒に
声に出して読む

あたまイキイキ音読教室

<定員> 県民一般10名(70歳以上のシニア世代)

<場所> 県立図書館 研修室

<講師> 県立図書館職員

【開催日】

~~12/20(水)~~ **終了**

① 10:00~11:00

② 11:15~12:15

【① とも、内容は同じ】

~~1/17(水)~~ ~~10:00~11:00~~ **終了**

2/14(水) 【①②とも、内容は同じ】

① 10:00~11:00、② 11:15~12:15

3/14(水) 10:00~11:00

音読は 脳の活性化・
認知症予防につなが
ると言われています。
技術にはこだわり
ません!一緒に楽
しみましょう!



生きがいづくり等や暮らしに役立つ講座

<定員> 県民一般20名(70歳以上のシニア世代)

<場所> 県立図書館研修室

ふくい認知症予防 メニューについて

あたま・
からだ
イキイキ

~~1/17(水)~~ ~~11:15~12:15~~ **終了**

認知症の予防法や、予防に効果のある体操
(コグニサイズ)をわかりやすくご紹介。

<講師> 県長寿福祉課在宅ケア推進
グループ 示野 日紗子 氏
(保健師)



エンディングノートの 書き方教室

安心
セカンド
ライフ

3/14(水) 11:15~12:15

エンディングノートについての実践的で
やさしいお話。

<講師> 福井県金融広報委員会
金融広報アドバイザー
青木 克博 氏 (行政書士)



シニア向け「いきいきライフ応援コーナー」もご利用ください <場所> 一般資料コーナーの青(文学)棚 11

〒918-8113 福井市下馬町51-11 福井県立図書館 TEL 0776-33-8860 <http://www.library-archives.pref.fukui.jp>

切り取り線

◆ 参加申込書 (シニアいきいきセミナー) ◆

お名前(年齢)	電話番号	参加希望日と、希望の内容に○印を記入
(歳)		(月 日) 音読(①・②)・講座
(歳)		(月 日) 音読(①・②)・講座

* 電話、県立図書館の貸出・返却カウンター、郵送でお申し込みください。