

平成29年度
(4~7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



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)

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】

~~4/19(水)~~

~~① 10:00~11:00~~

~~② 11:15~12:15~~

~~【①②とも、内容は同じ】~~

~~5/14(日) 13:30~15:00~~

~~6/21(水) 【①②とも、内容は同じ】~~

~~① 10:00~11:00、② 11:15~12:15~~

7/19(水) 10:00~11:00

6/20(火)~申込受付

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!

図書館でからだイキイキ! ウォーキング&健康体操

~~5/14(日) 11:00~12:00~~

運動指導士の指導のもと、ウォーキングや健康体操を行います。★**申込不要**★

<場所> 県立図書館庭園(集合場所および雨天時は多目的ホール)

<講師> 福井県健康管理協会
 長谷川敏彦氏(運動指導士)



終活をはじめよう ~シニアが知りたい老い支度~

7/19(水) 11:15~12:15

70代が考えたい終活、老い支度について分かりやすくご紹介。 **6/20(火)~申込受付**

<場所> 県立図書館研修室

<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。