

シニアクラブ連合会 創立50周年記念式典

☎シニアクラブ連合会事務局（社会福祉協議会内）61-3434

長久手市シニアクラブ連合会（愛称：長久手はつらつ会）は、昭和40年に長久手村老人クラブとして発足以来、昨年で創立50周年を迎えました。これまでの先輩方のご労苦に感謝するとともに、今後の一層の発展を祈念して創立50周年記念式典を開催します。

式典では、記念講演として、愛知医科大学病院の福澤嘉孝教授をお招きして、現代人に蔓延する「がん」を含む生活習慣病について、早期のリスク診断をテーマに講演をいただきます。

また、市文化協会のみなさんによるアトラクションを披露していただきます。

🕒9月30日（金） 14:00～16:00

📍文化の家 風のホール

📌**記念講演** テーマ：『健康寿命延伸のための最先端の健康外来』

〔講師〕福澤 嘉孝氏（愛知医科大学病院 先制・統合医療包括センター部長・教授）

〔要旨〕先制・統合医療包括センターのマーナ健康外来では、がん関連遺伝子及び長寿遺伝子のマーナを測定・解析することにより、将来の健康状態をより早期の段階からリスク診断して、自身の予防を促すとともに、早期診断・早期治療を目指しています。採血量はごく僅かで、発症前の芽を摘むことができます。

🎭**アトラクション** 演題（出演サークル）

〔民踊〕祝賀の舞（芳友会）、名古屋大好（とよ美会）、薩摩の雅児桜（うすずみ会）、なでしこ小唄（美竹会）、剣山（ひまわり会）、風雪峠（大草民踊会）、美濃音頭（美里会）
〔カラオケ／踊り〕

東京キッド・臉の母・刃傷松の廊下（長久手市歌謡芸能愛好会）

（注）演題（出演サークル）は、都合により変更の可能性があります。



高齢者生涯学習講座

☎長寿課 56-0631

[HPを見る](#) 記事 ID 8331

生きがい作りと交流を目的とした講座を開講しています。初心者大歓迎！

📍**福祉の家**

📍市内在住の60歳以上の人（受講期間内に60歳になる人も可）

📌受講料1回200円。材料費は実費負担。

📅9月1日（木）から9日（金）までに申込。電話申込可。定員超過の場合は初受講者を優先し、それでも決定できなかった場合は9月12日（月）14:00から公開抽選。定員に満たない場合は開講1週間前まで受付。申込者が5人未満の場合は開講しません。申込結果については、9月14日（水）以降に通知します。

🏠健康マイレージ対象事業

講座名	内容	曜日・時間帯	回数	定員
転倒予防の ボールエクササイズ 健	転倒して寝たきりにならないための筋力づくり。体幹や下肢をきたえます。	木曜・午後 [初回10月6日]	10回	20人
エアロビクスで若返り 健	加齢によるトラブルを緩和、機能回復、筋力アップ。イスを利用するので、体力に自信がない人でも大丈夫です。	火曜・午前 [初回10月4日]		
棒びくす 健	90cmのヒノキ棒を使い、ストレッチ、筋トレ、マッサージ、そして脳トレを行います。	金曜・午後 [初回10月7日]	10回	15人
楽しいパッチワーク	三角四角のピースワークやアップリケを組み合わせると小物を作ります。	火曜・午前 [初回10月4日]		
もっとパソコンを楽しもう ～年賀状作成編～	年賀状作成ソフトを使ってオリジナル年賀状を作成します。	水曜・午前 [初回10月5日]	20回	30人 × 2クラス
和のフィットネスNOSS 健	日本舞踊に基づき創られ、高齢者に適した運動、「NOSS」を指導します。	日曜・午後 (2部制) [初回10月2日]		