

生きがい大学さくら学園の入学生募集

生きがい大学に入学し、仲間と一緒に生きがいづくりや健康づくりに参加しませんか？平成31年度の入学生を次のとおり募集します。年間6回開催予定です。皆様のご参加をお待ちしています。

- 場所** 宿毛文教センター
- 参加費** 無料 **対象者** 市内在住で60歳以上
- 内容** 生きがいづくりや健康づくりに関する講演等
※健康パスポート事業対象の事業もあります。
- 定員** 240名程度
- 申込期間** 3月1日（金）～3月29日（金）
※送迎バス希望者多数の場合はバスをご利用できない場合があります。



●平成31年度生きがい大学日程表（予定）

※内容は、変更する場合があります。

開催日	時間	演題	講師	備考
5/30(木)	13:30～13:50	入学式		健康パスポート事業対象 健康相談会も実施
	14:00～15:00	お薬との上手な付き合い方	薬剤師	
7/18(木)	13:30～15:00	今から始める充実の終活～エンディングノート、相続まで～	ファイナンシャルプランナー 石川 智さん	
9/26(木)	13:30～15:00	口腔ケアと食について	歯科衛生士 管理栄養士	健康パスポート事業対象
11/21(木)	13:30～15:00	笑って長生き、心と体の若さを保ちましょう！（笑いヨガ）	ラフターヨガ認定ティーチャー 藤崎 栄子さん	健康パスポート事業対象 運動しやすい服装でご参加ください
平成32年 1/16(木)	13:30～15:00	高齢期の体とところの特徴、生活習慣病について	赤十字講習会	健康パスポート事業対象
平成32年 3/19(木)	13:30～14:30	契約トラブルと対処法	幡多広域消費生活センター	
	14:40～15:00	卒業式		

問 長寿政策課予防係 ☎ 63-9112

地域おこし協力隊着任

名前：^{さいとう}齊藤 ^{しょうたろう}祥太郎 前住所：東京都港区
任務：自伐型林業の担い手

齊藤さんに、地域おこし協力隊への意気込みを語ってもらいました。

移住に力を入れている宿毛市に魅力を感じて、移住を決意しました。自然を身近に感じる生活は東京では得られなかったものです。また宿毛市の方々には温かく迎えていただき、移住当初の不安を解消できました。自伐型林業は半林半^{はんりんはんえつくす}X（※1）が目標になるので、地域の方々の助けをいただきながら、自立を目指し、卒業後は普及活動も行っていきたいと考えています。
※1 自伐型林業を行いながら、他の仕事でも収入を得ること



問 産業振興課 ☎ 63-1117