

創立 40 周年記念 老壮シニア講座を開催



1月28日の記念講座では、帯津良一氏（帯津三敬病院名誉院長）による講演や、「高齢者のからだ・こころ・脳の活性化」をテーマとしたパネルディスカッションが行われました。



武蔵野市
老壮連合会

いくつになっても
趣味を楽しみたい方、
武蔵野市でもっと仲間を
見つけたい方、
セミナー受講をきっかけに、
新しい生きがいを
見つけてみませんか？

「いきいきセミナー」に
まずは参加してみよう



老壮連合会会長の中村昭嗣さん

「いきいきセミナー」は、武蔵野市教育委員会が主催する、60歳以上の市民を対象とした教育講座。春と秋の年に2回生徒を募集する。絵画や音楽、体操などの実技講座や、文学や歴史、芸術を学ぶなど、さまざまな内容を盛り込んだ全13～15回の連続講座となっている。このセミナーの受講をきっかけに、修了生たちが同期の有志たちと同期会を結成。花見や紅葉狩りといった季節の集いや勉強会の開催など、さまざまな企画で活動を続けている。その期ごとの同期会をまとめているのが「武蔵野市老壮連合会」。

仲間と出会い、つながり
を深めるために活動

武蔵野市老壮連合会は、現在771名の会員が所属し、今年創立40周年を迎える。毎月会報を発行し、文学や音楽、健康など多岐にわたる内容の「老壮シニア講座」を年11回、教育委員会と共催で企画・運営している。中村昭嗣

20代目会長は「セミナーに参加したのは、会社人間だった私が定年後に、地元で少しでも付き合いの場を広げたいと思ったからです。もし関心のある講座があれば気軽にいきいきセミナーに応募して、修了後も武蔵野市老壮連合会



いきいきセミナー音楽講座の様子

武蔵野市老壮連合会プロフィール

1972年発足。60歳以上の市民を対象とした「いきいきセミナー」（発足当時は「老壮大学」）の修了生が結成した同期会の連合体。自らの生涯学習だけでなく市などと連携した講座の開催や、趣味の作品展なども行っている。

問

武蔵野ブレイス生涯学習担当
☎0422-30-1901



3月3日～5日に行われた「趣味の作品展」

の各同期会で、仲間とのつながりを深めていただければと思います」と話す。
興味や趣味を発掘し、仲間を見つけることで、いつまでもイキイキとした健康生活を送る。そのために、「武蔵野市老壮連合会」がひと役買っているようだ。