

2025  
年度

# 横浜シニア大学

鶴見区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(6回/定員30人)	自主講座	会場	①6月10日(火) 9:45～10:15 開講式/老人クラブ活動の概要 ②6月10日(火) 10:30～11:45 お薬に関する出前講座 ③6月17日(火) 9:30～11:30 ハマロード知っ得出前講座 ④6月24日(火) 9:30～11:30 認知症早期発見と対応 ⑤7月15日(火) 9:30～11:30 ふまねっと/閉講式
	共通講座 (会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 } 15:30	<b>「健康寿命の延伸と栄養・食事」</b> 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事 理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)鶴見区老人クラブ連合会 (2)鶴見区役所 高齢・障害支援課 (3)鶴寿荘

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：鶴見区老人クラブ連合会 TEL 045-505-5581

メール kurouren@iaa.itkeeper.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

✂キリトリ線

鶴見区

2025年度 横浜シニア大学受講申込書

2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

神奈川県

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(7回/定員30人)	自主講座	会場	①6月 3日(火) 開講式/学ぼうシニアの仲間作り(グループワーク) ②6月10日(火) 横浜みなと博物館と日本丸見学(入館料・交通費は受講者負担) ③6月17日(火) 神奈川消防署見学/家庭の防火防災対策 ④6月24日(火) 健康活き活き脳トレ ⑤7月 1日(火) “神奈川県版エンディングノート”について～将来にそなえるために～/シニアクラブ活動の概要 ⑥7月15日(火) 食生活と健康づくり/閉講式 ※時間は9:45～11:45
	共通講座 (会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 } 15:30	「健康寿命の延伸と栄養・食事」 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事 理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)神奈川県シニアクラブ連合会 (2)神奈川県役所 高齢・障害支援課

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：神奈川県シニアクラブ連合会 TEL 045-313-1708

メール kanagawaku-rouren@utopia.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

キリトリ線

## 神奈川県 2025年度 横浜シニア大学受講申込書

2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

西区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(7回/定員50人)	自主講座	会場	①5月27日(火) 開講式/シニアクラブの概要 ②6月 3日(火) GREEN×EXPO2027(2027年国際園芸博覧会) 花と緑のあふれる暮らし～たねダンゴ作り～ ③6月10日(火) 横浜税関見学(交通費は受講者負担) ④6月17日(火) 西区の歴史 ⑤7月 1日(火) メディカルフィットネス体験 ⑥7月15日(火) グループワーク/グループ討議/ シニア大を振り返って(新しい友人、新しい趣味)/閉講式 ※時間は10:00～11:45
	共通講座 (会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 } 15:30	<b>「健康寿命の延伸と栄養・食事」</b> 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事 理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)西区シニアクラブ連合会 (2)西区役所 高齢・障害支援課 (3)野毛山荘

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：西区シニアクラブ連合会 TEL 045-451-3183

メール nishi-rouren@ray.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

✂️キリトリ線

西区 2025年度 横浜シニア大学受講申込書 2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

中区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(4回/定員30人)	自主講座	会場	①6月11日(水) 開講式/老人クラブ活動の概要 おひとり様の老後リスクを考える ②6月25日(水) 歌うチャームング体操 ③7月 9日(水) 渋谷栄一と横浜 グループワーク/閉講式 ※時間は9:30～11:30
	共通講座 (会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 } 15:30	<b>「健康寿命の延伸と栄養・食事」</b> 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事 理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)中区老人クラブ連合会 (2)中区役所 高齢・障害支援課 (3)麦田清風荘

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：中区老人クラブ連合会 TEL 045-681-8480

メール naka-kurouren@wish.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

✂️キリトリ線

中区	2025年度 横浜シニア大学受講申込書		2025年	月	日
②フリガナ		⑤性別	男・女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス	@		
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

南区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(6回/定員30人)	自主講座	会場	①5月30日(金) 開講式/ GREEN×EXPO2027(2027年国際園芸博覧会) 花と緑のあふれる暮らし～たねダンゴ作り～ ②6月13日(金) 南区の歴史 ③6月27日(金) ボッチャ ④7月11日(金) ごみと資源物の分別について/グループワーク ⑤7月25日(金) 老人クラブ活動の概要/閉講式 ※時間は10:00～11:30
	共通講座 (会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 } 15:30	<b>「健康寿命の延伸と栄養・食事」</b> 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事 理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)南区老人クラブ連合会 (2)南区役所 高齢・障害支援課 (3)南寿荘

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：南区老人クラブ連合会 TEL 045-713-8566

メール minamiku-rouren@ray.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

✂キリトリ線

南区 2025年度 横浜シニア大学受講申込書 2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男・女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

港南区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(7回/定員60人)	自主講座	会場	①5月29日(木) 開講式/高齢者に多い事故とその予防 ②6月 5日(木) 地域の歴史～港南区～ ③6月12日(木) 高齢者を狙った特殊詐欺と交通事故に対する防止 ④6月19日(木) 幸せな老後生活を過ごすために ⑤6月30日(月) 室内スポーツ ⑥7月17日(木) 老人クラブ活動の概要/閉講式 ※時間は9:40～11:40
	共通講座 (会場 関内ホール)	市消費生活総合センターほか	「健康寿命の延伸と栄養・食事」 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)港南区シルバークラブ連合会 (2)港南区役所 高齢・障害支援課

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：港南区シルバークラブ連合会 TEL 045-841-0252

メール konan-kusiren@juno.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

✂キリトリ線

港南区

2025年度 横浜シニア大学受講申込書

2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

保土ヶ谷区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(7回/定員60人)	自主講座	会場 保土ヶ谷公会堂 10:00 } 11:40	①6月 3日(火) <b>開講式</b> ／老人クラブの概要／ゴミの分別・リサイクル～プラスチック資源の分別～[資源循環局] ②6月10日(火) 笑顔あふれる健康体操～脳も身体もマイナス5歳～[理学療法士 森 敦子 氏] ③6月17日(火) GREEN×EXPO2027(2027年国際園芸博覧会) 花と緑のあふれる暮らし～たねダンゴ作り～[(一社)GREEN FINGERS] ④6月24日(火) 横浜ゆかりの文豪 大佛次郎(おさらぎじろう)[大佛次郎記念館] ⑤7月 1日(火) 予防救急～もしもの時の備え～[保土ヶ谷消防署] お薬との上手なつきあい方[保土ヶ谷区薬剤師会] ⑥7月15日(火) ご自分のため、ご家族のため 早すぎない 生前整理[TVにもご出演の石見 良教 氏]／ <b>閉講式</b>
	共通講座 (会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 } 15:30	<b>「健康寿命の延伸と栄養・食事」</b> <b>中村 丁次 氏</b> (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事 理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)保土ヶ谷区老人クラブ連合会 (2)保土ヶ谷区役所 高齢・障害支援課

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：保土ヶ谷区老人クラブ連合会 TEL 045-331-3322

メール hodogaya-kurouren@ray.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

✂キリトリ線

## 保土ヶ谷区 2025年度 横浜シニア大学受講申込書

2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- - -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

旭区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

## 受講生募集!

人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(6回/定員50人)	自主講座	会場	①6月 4日(水) 10:00～12:00 開講式/交通安全と特殊詐欺対策 ②6月11日(水) 10:00～11:30 ボッチャ体験と旭区老連の概要 ③6月18日(水) 10:00～11:30 GREEN×EXPO2027(2027年国際園芸博覧会) 花と緑のあふれる暮らし～たねダンゴ作り～ ④7月 2日(水) 10:00～11:30 おひとり様の老後リスクを考える ⑤7月16日(水) 10:00～12:00 お医者様との正しい付き合い方/閉講式
	共通講座 (会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 } 15:30	<b>「健康寿命の延伸と栄養・食事」</b> 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)  
 受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)  
 申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は旭区老人クラブ連合会ホームページ内応募フォーム。  
 (1)旭区老人クラブ連合会 (2)旭区役所 高齢・障害支援課  
 (3)ホームページ内応募フォーム  
 ※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。  
 問合せ先：旭区老人クラブ連合会 TEL 045-360-5056  
 ホームページ [https://rarea.events/features/kagayaki\\_club\\_asahi](https://rarea.events/features/kagayaki_club_asahi)



ホームページ

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

キリトリ線

旭区	2025年度 横浜シニア大学受講申込書		2025年	月	日
②フリガナ		⑤性別	男・女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒	区			
④電話番号	-	メールアドレス	@		
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

磯子区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(5回/定員30人)	自主講座	会場	①5月29日(木) 開講式/加齢性難聴について ②6月12日(木) 防災講座～一緒に学ぼう 防災の知識～ ③6月26日(木) 健康体操 ④7月17日(木) 老人クラブの概要(グループワーク)/閉講式 ※時間は10:00～11:45
	共通講座 (会場 関内ホール)	磯子センター (喜楽荘)	「健康寿命の延伸と栄養・食事」 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事 理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)磯子区シニアクラブ連合会 (2)磯子区役所 高齢・障害支援課 (3)磯子センター (喜楽荘)

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：磯子区シニアクラブ連合会 TEL 045-752-3452

メール isogo-kurouren@road.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

キリトリ線

磯子区

2025年度 横浜シニア大学受講申込書

2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ 加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

金沢区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(7回/定員40人)	自主講座	会場	①6月 3日(火) 9:50～11:50 開講式/老人クラブ活動概要 ②6月10日(火) 9:50～11:50 肩こり腰痛ストレッチ ③6月17日(火) 9:50～11:50 金沢区の土地の歴史 ④7月 1日(火) 9:50～10:50 高齢者の生活安全について ⑤7月 1日(火) 11:00～11:50 日常に起こる危険について ⑥7月15日(火) 9:50～11:50 横浜シニア大学を受講して(グループワーク)/閉講式
	共通講座 (会場 関内ホール)	晴嵐 かなざわ	「健康寿命の延伸と栄養・食事」 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)金沢区シニアクラブ連合会 (2)金沢区役所 高齢・障害支援課 (3)晴嵐かなざわ

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：金沢区シニアクラブ連合会 TEL 045-784-5121

メール kanazawaku-shiniaren@ever.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

✂キリトリ線

金沢区

2025年度 横浜シニア大学受講申込書

2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ 加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない	<input type="checkbox"/> 加入を希望する	

2025  
年度

# 横浜シニア大学

港北区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(7回/定員30人)	自主講座	会場	①6月 5日(木) 開講式/老人クラブ活動の概要 ②6月12日(木) ボッチャ体験 ③6月19日(木) 漢字のタイムカプセル ④6月26日(木) 日本郵便(株) 終活セミナー なるほどわかった!!相続手続き ⑤7月 3日(木) のどを鍛える健康声磨き® ⑥7月17日(木) 高齢者に多い事故と予防/閉講式 ※時間は9:45～11:45
	共通講座 (会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 } 15:30	「健康寿命の延伸と栄養・食事」 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事 理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口へ提出。

(1)港北区老人クラブ連合会 (2)港北区役所 高齢・障害支援課

又は、港北区老人クラブ連合会HPから受講申込書を印刷し、ご提出ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

問合せ先：港北区老人クラブ連合会 TEL 045-547-6506

ホームページ <https://kouhokukurouren.p-kit.com/>



▲  
ホームページ

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

✂キリトリ線

港北区

2025年度 横浜シニア大学受講申込書

2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ 加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

緑区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(7回/定員55人)	自主講座	会場	①6月13日(金) 開講式/老人クラブの概要 ②6月20日(金) 「眠りの質が人生を変える! ～睡眠時無呼吸と生活習慣病を克服して健康な毎日を～」 ③6月27日(金) 古都鎌倉の魅力「将軍頼朝の大姫入内と曾我兄弟の仇討ち」 ④7月 4日(金) 歌うチャージング体操 ⑤7月11日(金) 「命を守る救急法」/グループワーク(短期講習受講証がです) ⑥7月18日(金) 警察(詐欺について)/閉講式 ※時間は10:00～11:45
	共通講座 (会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 ～ 15:30	<b>「健康寿命の延伸と栄養・食事」</b> 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事 理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)緑区老人クラブ連合会 (2)緑区役所 高齢・障害支援課 (3)緑ほのぼの荘

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：緑区老人クラブ連合会 TEL 045-933-1133

メール midori-roujinkurabu@siren.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

キリトリ線

緑区	2025年度 横浜シニア大学受講申込書			2025年	月	日
②フリガナ			⑤性別	男・女	⑥年齢	歳
①氏名						
③住所	〒 - - 区					
④電話番号	- -		メールアドレス	@		
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし		⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

青葉区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

## 受講生募集!

人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(7回/定員50人)	自主講座	会場	①5月28日(水) 開講式/青葉区の公的交流施設 ～地区センター、コミュニティハウスなど～ ②6月 4日(水) 老人クラブ活動の概要～グループワーク(ハッピーライフ)～ ③6月11日(水) 高齢者の難聴について～補聴器選びの体験談など～ ④6月18日(水) 青葉区の歴史～徳川家康から田園都市へ～ ⑤6月25日(水) 外国の方々への援助と親切～ JICAの活動内容など～ ⑥7月16日(水) シニアのための資産管理術/閉講式 ※時間は9:30～11:30(予定)
	共通講座 (会場 関内ホール)	ユートピア青葉	「健康寿命の延伸と栄養・食事」 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事 理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)青葉区老人クラブ連合会 (2)青葉区役所 高齢・障害支援課 (3)ユートピア青葉

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：青葉区老人クラブ連合会 TEL 045-972-3076

メール aoba-kurouren@ray.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

キリトリ線

青葉区

### 2025年度 横浜シニア大学受講申込書

2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

都筑区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(7回/定員30人)	自主講座	会場	①5月29日(木) 開講式/認知症早期発見・対応 ②6月 5日(木) 高齢者に多い事故予防と熱中症 ③6月19日(木) 健康寿命を延ばそう ④6月26日(木) 高齢者に必要な法律知識 後見人制度/委任管理/終末医療 ⑤7月 3日(木) 横浜の歴史「横浜の怪物高島嘉右衛門」横浜港開港の父 ⑥7月17日(木) 老人クラブの概要/グループワーク/閉講式 ※時間は9:30～11:30
	共通講座 (会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 } 15:30	「健康寿命の延伸と栄養・食事」 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)都筑区老人クラブ連合会 (2)都筑区役所 高齢・障害支援課 (3)つづき緑寿荘

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：都筑区老人クラブ連合会 TEL 045-944-1826

メール tsuzuki-roren@clock.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

キリトリ線

都筑区

2025年度 横浜シニア大学受講申込書

2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ 加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

戸塚区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(7回/定員50人)	自主講座	会場	①6月 4日(水) 9:30～11:30 開講式/グループワーク「健康寿命を延ばそう」 ②6月18日(水) 9:30～11:30 戸塚歴史探訪(座学) ③7月 2日(水) 9:30～10:30 最近の犯罪の防御術 ④7月 2日(水) 10:30～11:30 戸塚の福祉について ⑤7月16日(水) 9:30～10:30 災害時の防犯 ⑥7月16日(水) 10:30～11:30 老人クラブ活動の概要/閉講式
	共通講座 (会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 } 15:30	<b>「健康寿命の延伸と栄養・食事」</b> 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)戸塚区老人クラブ連合会 (2)戸塚区役所 高齢・障害支援課

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：戸塚区老人クラブ連合会 TEL 045-871-6084

メール totuka-kurouren@ray.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

キリトリ線

戸塚区

2025年度 横浜シニア大学受講申込書

2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

栄区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(7回/定員30人)	自主講座	会場	①6月 4日(水) 9:45～11:30 開講式/ハマトレ指導(元気づくりステーション)/グループトーク ②6月11日(水) 10:00～11:30 横浜税関展示室「クイーンのひろば」見学(交通費は受講者負担) ③6月18日(水) 9:45～11:30 薬と身体の関係 ④6月25日(水) 9:45～11:30 インターネット被害に遭わないために/悪質商法の最新手口 ⑤7月 2日(水) 9:45～11:30 地震、風水害に備える ⑥7月 9日(水) 9:45～11:30 栄区シニアクラブについて/グループトーク/閉講式
	共通講座(会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 } 15:30 「健康寿命の延伸と栄養・食事」 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事 理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)	



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)栄区シニアクラブ連合会 (2)栄区役所 高齢・障害支援課 (3)SAKAESTA(さかえすた)

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：栄区シニアクラブ連合会 TEL 045-894-8418

メール sakaeku-shiniacclub@road.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

✂キリトリ線

栄区 2025年度 横浜シニア大学受講申込書 2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

泉区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(7回/定員35人)	自主講座	会場	①6月 3日(火) 10:00～11:40 開講式/シニアクラブの概要/おなか元気教室 ②6月10日(火) 10:00～11:30 GREEN×EXPO2027(2027年国際園芸博覧会)花と緑のあふれる暮らし～たねダンゴ作り～ ③6月17日(火) 10:00～11:30 よみうり回想サロン(グループワーク) ④6月24日(火) 10:00～11:30 落語防犯講座「特殊詐欺と悪質商法」 ⑤7月 1日(火) 10:00～11:30 健康寿命を延ばそう!～貯筋を増やしてカラダの財産をUP～ ⑥7月15日(火) 10:00～11:00 加齢性(老人性)難聴について/閉講式
	共通講座(会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 ～ 15:30	<b>「健康寿命の延伸と栄養・食事」</b> 中村 丁次 氏 (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)泉区シニアクラブ連合会 (2)泉区役所 高齢・障害支援課 (3)泉寿荘

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：泉区シニアクラブ連合会 TEL 045-383-9209

メール izumikushiren@galaxy.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

✂キリトリ線

泉区 2025年度 横浜シニア大学受講申込書 2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		

2025  
年度

# 横浜シニア大学

瀬谷区

〈申込期間〉  
4月1日(火)  
～5月7日(水)

**受講生募集!** 人生100年時代、健康で豊かに暮らす知識が身につきます。

全講座(6回/定員25人)	自主講座	会場	①6月 6日(金) 開講式/老人クラブ概要・自己紹介・グループ討議 ②6月13日(金) GREEN×EXPO2027(2027年国際園芸博覧会) 花と緑のあふれる暮らし～たねダンゴ作り～ ③6月20日(金) コーヒー講習会・ドリップの入れ方体験(試飲あり) ④6月27日(金) チャーミング体操 ⑤7月18日(金) 認知症(認知症の実体験を経て)/閉講式 ※時間は10:00～11:40
	共通講座 (会場 関内ホール)	7月7日(月) 13:30 } 15:30	<b>「健康寿命の延伸と栄養・食事」</b> <b>中村 丁次 氏</b> (一般財団法人 日本栄養実践科学戦略機構 代表理事 理事長) 徳島大学医学部栄養学科卒業。神奈川県立保健福祉大学名誉学長、公益社団法人日本栄養士会代表理事会長。2024年10月から2025年3月まで放送されたNHK連続テレビ小説「おむすび」では栄養学考証を務めた。著書『臨床栄養学者中村丁次が紐解くジャパン・ニュートリション』(第一出版)



※各会場へは公共交通機関をご利用の上、お越しください。

応募要件：横浜市内在住の、概ね60歳以上の人 申込期間：4月1日(火)～5月7日(水)

受講料：会員 1,000円/会員以外 3,000円 (全講座。第1回受講時にお支払いください。)

申込方法：受講申込書を下記の窓口に提出又は電子メール。

(1)瀬谷区シニアクラブ連合会 (2)瀬谷区役所 高齢・障害支援課

※電子メールでのお申込みは、下記申込書の①～⑧をメールでお送りください。

1週間たっても返信がない場合はご連絡ください。

※申込が定員超過の場合は抽選となります。抽選結果は当落に関わらずご連絡します。

※詳細は、かがやきクラブ横浜HP新着情報をご覧ください。

問合せ先：瀬谷区シニアクラブ連合会 TEL 045-303-2845

メール seya-rouren110@ever.ocn.ne.jp



QRコードを読み込み、「メール作成画面はこちら」をクリックしてください。

主催：公益財団法人 横浜市老人クラブ連合会 TEL 045-433-1256 共催：横浜市健康福祉局

キリトリ線

瀬谷区

2025年度 横浜シニア大学受講申込書

2025年 月 日

②フリガナ		⑤性別	男 ・ 女	⑥年齢	歳
①氏名					
③住所	〒 - - 区				
④電話番号	- -	メールアドレス		@	
⑦受講歴	<input type="checkbox"/> あり( 回) <input type="checkbox"/> なし	⑧老人クラブ加入状況	<input type="checkbox"/> 加入している (クラブ名 ) <input type="checkbox"/> 加入していない <input type="checkbox"/> 加入を希望する		