

受講料は無料です！お気軽にご参加ください。

定員80名

人生100年時代を生き抜くための教養講座

令和6年度



三沢市民大学

会場 三沢市公会堂
3階 第8・9集会室

時間 14:00～(受付13:30～)

主催：三沢市立中央公民館
(指定管理者 東北共立・寿商事グループ)

ホームページ

<http://www.tohoku-kyoritz.co.jp/misawa/index3.html>



第1講座

5月
25日
土曜日

最近の気象変化と災害への備え



講師：有限会社 アップルウェザー
代表取締役社長

工藤 淳氏

第2講座

6月
15日
土曜日

特殊詐欺・悪質商法の事例と対処法について



講師：青森県金融広報委員会
金融広報アドバイザー

中田 鶴子氏

第3講座

7月
13日
土曜日

「光る君へ」の時代 ～女性たちの活躍～



講師：八戸学院大学短期大学部
客員教授

三村 三千代氏

第4講座

8月
17日
土曜日

安全で健康になる入浴方法



講師：青森の湯っこ協会
代表/温泉入浴指導員

沓掛 麻里子氏

手話通訳者を
手配します



手話通訳が必要な場合、三沢市手話言語条例に基づき、手話通訳者を手配します。
お名前・連絡先FAX番号と、受講される開催日・講座名、手話通訳希望と記入して
FAXでお申し込みください。(様式自由)

手話通訳者手配の都合上、手話通訳希望者の申込締切日は、第1講座 5/10(金)、
第2講座 5/31(金)、第3講座 6/28(金)、第4講座 8/2(金)とします。

手話通訳希望者
受講申込 FAX番号

 0176-53-8714

各講座の詳細は、**うら面**をご覧ください。三沢市立中央公民館 ☎ 0176-53-8711

お申込み・お問合せは

受付時間 9:00～19:00

〒033-0031 三沢市桜町1丁目6-35 (三沢市公会堂内)

月曜・祝祭日の翌日は休館日



令和6年度

人生100年時代を生き抜くための教養講座

三沢市民大学

会場 三沢市公会堂
3階 第8・9集会室

時間 14:00～
(受付 13:30～)

第1講座

5月
25日
土曜日

最近の気象変化と災害への備え ~今、災害が起こったら大切な人を守れますか?~

最近、各地で気象や地震による甚大な災害が多発しており、大きな影響を受けています。こうした気象や地震による災害は、これからも起きる可能性があると言われています。私たち一人ひとりが危機感を持ち、「自分の身は自分で守る」という意識を持つことが大切です。あなたとあなたの大切な人の命を守るために、気象や防災の知識を学び、日頃の防災に役立てましょう。

第2講座

6月
15日
土曜日

特殊詐欺・悪質商法の事例と対処法について

高齢者を狙った振り込め詐欺をはじめとする特殊詐欺や、劣悪な商品を悪質な手口で売りつけ、消費者からお金をだまし取る悪質商法が横行しています。どちらの手口も、年々巧妙になってきており、こうした被害に遭わないようにするには、皆さん一人ひとりがしっかりとした心構えをもち、手口の特徴をしっかり把握することが最も大切です。事例を紹介しながら、その対処法について学びます。

第3講座

7月
13日
土曜日

『光る君へ』の時代～女性たちの活躍～

今年の大河ドラマ「光る君へ」の主人公は『紫式部』です。紫式部は源氏物語の作者であり、一条天皇のおきさき「藤原彰子」に仕える女房でした。平安時代は、政治の表舞台には男性たち（藤原道長など）がいましたが、その裏では、紫式部や清少納言、和泉式部に赤染衛門などなど、意外に女性たちが活躍した時代です。彼女たちは、どんな時代背景の中でどんな風に活躍していたのでしょうか。現代に生きる私たちにもヒントがあるかもしれません。

第4講座

8月
17日
土曜日

安全で健康になる入浴方法

青森県は、温泉の総湧出量が全国で4位の温泉県です。三沢にも、温泉がたくさんあり、日常的に温泉に入っている方が多いと思います。温泉に関する正しい知識を増やせば、日々の入浴がより効果的に、さらに楽しくなります。今回は、知っているようで知らない「温泉の基礎知識」と、安全で健康になる入浴方法をご紹介します。

受講は



受講には申込が必要です!!

～ お願い ～

お申込み・お問合せは

〒033-0031 三沢市桜町1丁目6-35 (三沢市公会堂内)

無料!!

申込締切は各開催日の3日前です。
(申込締切前でも定員になりしだい受付終了します)

受講の際は、筆記用具を
ご持参ください。

三沢市立中央公民館

☎ 0176-53-8711