

ゆいま～る

No.97

生涯学習&
ボランティア情報誌



『生き生きと長生き』

「80歳、野球で適時打、90歳、卓球現役、ひ孫の成長と世の中の変化を見ながら100歳でピンピンコロリ」。この人生の目標に向け、小まめに医者に通い薬を飲む。酒は百薬の長として毎晩晩酌。週末の運動に加え1日1万5千歩を歩いている。ところが、ここ最近、1万5千歩以上を歩いた翌日に体調不良を起こすようになってきた。これでは元も子もない。かえって寿命を縮めてしまう。

2017年に105歳で亡くなった日野原重明さんは、「いつまでも若くあるためには、年を取ってからでも常に新しいことを始めることが絶対必要。」と言う。なるほど。体を動かすのはほどほどにして、「新しいこと」を始める。本を読む。資格をとる。旅に行く。知識を蓄え、見分を広めていこうと思いを巡らしている。

さて、今年度も生涯学習のセミナーが始まります。新しいこと、旬なことをモットーに皆様の学びの意欲に応えていきたいと思えます。

光市生涯学習センター 所長 古迫 登志郎



講座情報

講座の名称等	講師※敬称略	内容	開催日時		場所	問合せ先
スマホ・パソコン学習会	光市情報学習推進協議会	パソコンの基本操作	4/10 (水)	13:30～ 15:30	地域づくり支援センター	生涯学習センター 0833-72-3447
心肺蘇生法講習会	病院局職員	心肺蘇生法の基本手技・AEDの使い方など	4/20 (土)	10:00～ 12:00	光総合病院	地域医療連携室 0833-72-1000
スマホ・パソコン学習会	光市情報学習推進協議会	初めてのスマホ	4/24 (水)	13:30～ 15:30	地域づくり支援センター	生涯学習センター 0833-72-3447
なかよし広場	子育て支援センター支援員	チャイベビシアター	4/25 (木)	10:30～ 11:30	あいぱーく光	子育て支援センター 0833-74-3030

国内義援金・海外救援金を受け付けています。皆さまの温かいご支援をよろしくお願いいたします。

【募金箱設置場所】

光市役所・あいぱーく光・大和支所・地域づくり支援センター・各出張所（牛島出張所は除く）

スマホ・パソコン学習会

気軽に楽しく学び、生活に役立てましょう！

- 講師：光市情報学習推進協議会
 開催場所：地域づくり支援センター
 開催時刻：13時30分～15時30分
 受講料：1,000円／講座
 募集人員：先着8名
 申込方法：市広報ひかり配布後、電話で受け付けます
 光市生涯学習センター ☎ 0833-72-3447
 その他：開催日と講座名・内容、持参物等は、市広報ひかりでお知らせします



開催日	講座名	開催日	講座名
4月10日(水)	パソコンの基本操作	10月23日(水)	スマホカメラで上手に撮影
4月24日(水)	初めてのスマホ	11月13日(水)	ワードで年賀状の作成
5月15日(水)	キーボードの文字入力習得	11月27日(水)	スマホの写真を編集
5月29日(水)	スマホの便利なアプリを活用	12月11日(水)	エクセルで会計簿作成
6月12日(水)	写真やファイルの整理	12月18日(水)	スマホでネット検索を楽しむ
6月26日(水)	スマホのメモを便利に使う	1月15日(水)	パソコンでインターネットを楽しむ
7月10日(水)	エクセル入門	1月29日(水)	スマホで防災対策
7月24日(水)	ラインを楽しく使おう！	2月12日(水)	スマホのカメラを楽しく使う
9月11日(水)	ワード入門	2月26日(水)	ワードでアルバム作成
9月25日(水)	スマホで世界旅行	3月12日(水)	パソコンを安心安全に使用
10月9日(水)	便利なカレンダー作成	3月26日(水)	スマホを安心安全に使う

○光市生涯学習センター

〒743-0063 光市島田四丁目14番3号(地域づくり支援センター内)
 Tel 0833-72-3447 Fax 0833-72-8133
 E-mail manabing@sweet.ocn.ne.jp

○光市社会福祉協議会(ボランティアセンター)

〒743-0011 光市光井二丁目2番1号(あいぱーく光内)
 Tel 0833-74-3020 Fax 0833-74-3073
 E-mail info@hikari-shakyo.or.jp

これは、2つの機関が協力して作り上げた情報誌です。



●タイトル「ゆいまーる」について
 沖縄の方言でユイ(結い、協働)+マール(順番)の意味で、相互協力の気持ちから付けました。