

令和7年度

# 老上やすらぎ学級受講生募集



活動期間: 令和7年5月9日(金)～令和8年3月6日(金)

老上まちづくりセンターでは、60歳以上の方を対象に仲間づくりや生きがいづくりを目的に、毎年「老上やすらぎ学級」を開催しています。

今年度のテーマは、『分かち合う仲間と共に あふれる笑顔』として、下記のとおり全8回の講座を開講します。

やすらぎ学級は登録制です。登録すると講座とは別にお好きなサークル活動【カラオケ・歌の広場・3B体操・パソコン】に参加することができます。

## 令和7年度 年間講座 (予定)

場所: 老上まちづくりセンター ※第7講は館外研修

※諸事情により開催日や講座内容は変更になる場合があります

※一部講座はセンター講座との共催となります。



開催日時(予定)		テーマ	講座内容 ※「」は講座名(仮称)又は講座テーマ
第1講	5月9日(金) GW明け 13:30~	健康	13:30 開講式 14:00 「元気ワクワク健康教室～セルフマッサージとツボ刺激」 「K」フィットネス企画 代表 木村公一さん
第2講	6月6日(金) 14:00~	音楽	「ライアー(竖琴)演奏会♪」 ライアーアンサンブル イクシュルの木 代表 石濱すずなさん
第3講	7月4日(金) 14:00~	くらし	「かしこい消費者になりましょう ～悪質商法から身を守る～」 草津市消費生活センター
第4講	9月5日(金) 14:00~	健康	「備えのススメ ～災害時に薬のことで慌てないために～」 淡海ふれあい病院 薬剤部 副主任 湊 萌香さん
第5講	10月3日(金) 14:00~	歴史 文学	「近江と小倉百人一首 ～私たちの身近な近江の文学・歴史～」 近江文学研究家 いかいゆり子さん
第6講	12月5日(金) 14:00~	手づくり	「和菓子、練り切りづくり」 ら・ふ・あみ～ゆ 植村まさよさん <参加費が必要です>
第7講	2月6日(金) 終日	館外 研修	湖北方面 盆梅展(長浜)ほか <参加費が必要です>
第8講	3月6日(金) 10:00~ 15:00頃	伝統 芸能	10:00「楽しく学ぶ、伝統芸能(南京玉すだれ)」 待コミュニケーション 12:00 お楽しみ会(昼食会含む)・閉講式 <参加費が必要です>

## サークル活動

サークル名	活動日	場所
カラオケ	第1・3火曜 13:00~15:00	大会議室
歌の広場	第3金曜 10:30~12:00 ※ 年5回程度	大会議室
3B体操	第2・4火曜 13:30~15:00	大会議室
パソコン	第1・2・3・4月曜 10:00~12:00 ※ パソコンは各自持ち込み	大会議室



# 令和7年度 老上やすらぎ学級

- 活動期間: 令和7年5月9日(金)～令和8年3月6日(金)
- 場所: 老上まちづくりセンター 大会議室 ※館外研修を除く
- 対象: 草津市在住・在勤の60歳以上
- 定員: 60人
- 登録費: 無料
- 講座参加費: 講座によって、都度徴収させていただきます。

スマートフォンをお持ちのかたは、  
公式LINE登録をおすすめします。



7. 登録申込締切: **4月26日(土)**

このご案内および申込書は老上  
まちづくりセンターのHP  
<http://www.machikyou.jp/oikami/>  
「新着情報」からダウンロードできます。

老上まち  
センHP↓



HP

- 申込み・問合せ先: 老上まちづくりセンター 草津市野路町520番地  
TEL/FAX: 077-564-1430 (窓口: 8:45～17:00 日・祝、年末年始休館)
- その他: やすらぎ学級は年間登録制です。新規転入などを除き年度途中の登録は出来ません。登録後にサークル活動に参加することができます。

切り取り



## 令和7年度 老上やすらぎ学級 登録申込書

申込日: 月 日

ふりがな:

氏名:

- 年代  
60代 70代  
80代 90代

前年度から継続  新規

住所:

〒

(建物名: )

- LINE登録について  
 済み  
 予定( 頃)  
 未定

町内会名:

電話:  
(携帯電話)

事務局使用欄

### ■サークル 申込み

カラオケ 歌の広場 3B体操 パソコン



■開講式・第1講 申込み (※参加費無料): 5月9日(金) 13:30～

参加します

※ 過去に登録されていた方も必ず上の申込み書にご記入の上お申込み下さい。  
※ ご提供いただいた個人情報は保険加入、本事業遂行等の目的以外には使用しません。また本人の同意がなければ本事業関係者以外に個人情報を提供することはありません。