



連日厳しい残暑が続いています。秋の訪れが待たれるところです。シルバーカレッジ卒業生の皆様におかれましては、暑さをものともせず元気よくお過ごしのことと存じます。

5月8日(月)に、新庁舎へ移転しました。所在地・電話番号が変わりました。

さて、8月30日に行われた第2回OB会講座では、あま市民病院から3名のフレッシュな講師をお招きして、「笑って元気 フレイル予防で健康長寿 その2」というテ



よいしょっと!

ーマで講演いただき、体力測定や手軽にできる運動を行いました。実年齢より若い測定結果の方が多いのは、さすがカレッジ卒業生。日頃から体力維持に努めている方ばかりですね。



第3回OB会講座は少し趣向を変えて、「戦国武将を巡る歴史散策」を行います。

詳細は下記のとおりです。ふるってご参加ください。

## 令和5年度 シルバーカレッジOB会講座(第3回)のご案内

○日時:令和5年10月24日(火)  
午後1時30分~午後4時

○集合・解散場所:  
あま市下萱津コミュニティ防災センター

●定員:24名(先着順)

●受講料:無料

◎講座名:あま市美和図書館・名古屋市中村図書館・富田図書館連携事業

### 「戦国武将を巡る歴史散策」

◎講座内容:下萱津コミュニティを起点に豊公橋を経由して中村公園まで散策します。名古屋市秀吉清正記念館、豊公誕生の地碑、豊国神社、常泉寺、木下長嘯子宅跡等を見学する予定です。

◎ガイド:中村歴史マイスターの会

★その他の注意事項...歩きやすい服装と水分補給の用意をお願いします。また、体調不良の方の参加はご遠慮ください。下萱津コミュニティの駐車場には限りがあります。可能な限り乗り合わせをお願いします。

☆申込方法:生涯学習課(052-485-6070)へ電話で直接申し込んでください。

☆申込期間:令和5年10月2日(月)~10月13日(金)

※ただし、土曜日・日曜日・祝日は閉庁しています。

☆受付時間:午前8時30分から午後5時15分まで

## OB会活動報告 7/5~9/13

○2期生...第4回(7/21)

第5回(8/18)

○5期生...第1回(7/19)

○6期生...第8回(7/18)



### 5期生 7/19「知って安心受診の心得」

2期生は紐のフラワー作りや押し花ランチョンマット作りなど、簡単に作ることができて、しかもかわいいアート作品に挑戦しています。6期生は市の出前講座を活用して、フレイル予防の講座に取り組みました。5期生は、高齢者が医療機関を受診する時の心得について学びました。暑さに負けずがんばっています。

