

10期 アクティブシニアをめざす科

～そして生きがい再発見～

日時： 2022年4月21日(木) 10時～12時

場所： 豊中市地域共生センター

学習テーマ： 「人生100年時代は掛け算と足し算」

講師： 國松善次先生（元滋賀県知事・健康生きがいづくりアドバイザー）

國松先生は、サイクリングをする時のアクティブな服装で現れました。

52歳の時、息子さんが残っていた自転車があったので、琵琶湖一周するようになりました。

60代で滋賀県知事になり、東京マラソン・ホノルルマラソン・大阪マラソンにも参加。

75歳の時から、全国を自転車で仲間と一緒に回りました。神社で朱印帳をもらいながら行かれたそうです。人生はドラマ「老いが本番」・・・NNK（認知症で楽なコース）かPPK（ピンピンころり）・・・どちらに行くかはその人次第
舞台は地域

最後まで「明るく、楽しく たくましく」

.....

午後： 13時～15時

- ・ラジオ体操の後、校外学習について班ごとに行きたい所を相談しました。
 - 1班は天王寺公園一带（あべのハルカス、動楽亭、星野リゾート）、吉本NSCなど、幾つかの案を話し合いました。
 - 2班は池田・小林一三記念館を希望しました。（大阪城、万博記念公園（岡本太郎の太陽の塔）、阪大校内等々）
 - ・写真撮影 1班（2班は午前の講義後に撮影）
 - ・ふれあい祭の様子を画面で見ました。
 - ・各担当に分かれて相談
- 校外学習については天王寺界限に行くことになりました。

（担当 2班 田中）

