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：　2023 年 1 月 26 日（木）10 時～12 時
場所：　豊中市地域共生センター
学習テーマ：「健康は笑いから」
講師：笑福亭學光さん(お笑い福祉士)
内容：

① 名前の由来　はらたいらさんに命名していただいたそうです。
② 兄弟子(師匠)　笑福亭鶴光
③ 笑うということ
　笑う事によってがん細胞をやっつけることができる。うそ笑いでも効果がある。
　薬を一つ減らしても笑いを入れる。
　100 年生きる為には笑う事が大事
　自分自身が元気でいられる為
④ 腹話術（鶴の恩がえし）
⑤ 認知症チェック等をしました。

《午後の活動報告》13 時～15 時
探　索：阪急宝塚線豊中駅付近
ガイド：豊中文化と歴史の会　河合孝子さん
・高校野球発祥の地　　球史ここに始まる　野球、ラグビーなど
・豊中稲荷神社　北摂のおいなりさん　太鼓、だんじり、神輿など
・カトリック豊中教会　ステンドグラスのない和風教会（国登録有形文化財）

高校野球発祥の地

豊中稲荷神社

豊中カトリック教会

（担当：青木）