

長寿大学で学ぶ
それは
あなたの明日を
変える



長寿大学だより

2024年12月号

令和6年12月1日

編集・発行:長寿大学50期生

広報委員会

我孫子を知り、趣味を広げ、新しい仲間を作ろう

ねんりんピック



長大の歴史をつなぐ

学びの発見

グラウンドゴルフ



楽書アート



ヨガ



バードカービングによる鳥の保護

ねんりんピック 2024



子育ても今となつてはなつかしい

妻母の役目を捨ててひとり旅

お早うと紳士が集うゴミ捨て場

一人居じゃなつてられない認知症

「家族」の題で川柳

長寿大学クラブ紹介

俳句の会



毎月、第二月曜日19名が和気あいあいと楽しく俳句を作っています。大半が初心者です。安心してご入会下さい。

フラダンス



紹介動画 →



私たちフラダンスクラブは、ステキな先生のもと、現在9名で楽しく踊っています。認知症予防と足腰の鍛錬にとても良いので、是非入部をお待ちしています。

社交ダンス



色々なダンスのリズムにのり身体を動かし康保持に頑張っています。

- 笑顔が多くなった
- 腰痛が改善した
- ダイエットに効果があった

等の声が寄せられています。

紹介動画 →



書道クラブ



1年生・2年生を中心に合計7名、全員初心者、毎月2回、先輩でもある二川師範の丁寧なご指導の下、書道を楽しみながら上達を目指しています。

長寿大学について

昭和49年(1974年)に1年制、昭和51年(1976年)から4年制で開設されている我孫子市の公民館学級のひとつ。「つどう場からむすぶ場に」「まなぶからまなびあう」「学習を地域に還元する」という公民館の特性に沿って活動。卒業生は延べ 2200人を超えている。



詳細はネットで検索

我孫子市長寿大学 X

検索

3分でわかる長寿大学 →



編集後記

高齢になると時の経過を早く感じます。今回はねりんピックの一致団結した応援合戦を紙面に。またクラブ紹介のいくつかにQRコードを添付。半世紀に渡る長大の歴史に「継続は力なり」を感じて頂ければ幸いです。

50期生 広報委員会一同