



耐久大学だより

第204号

平成27年5月29日発行
広川町中央公民館
編集責任者：國分隆雄

INFORMATION

6月6日(土)運動会!

■9:00~9:25 開会式

開会あいさつ(学長) 来賓あいさつ 選手宣誓(堀さん)
準備体操 諸注意・諸連絡 など…

■9:30~12:00 午前の部

グラウンドゴルフ
《雨天時:①〇×クイズ、②スプーンレース、③ストラックアウト》

■12:00~13:00 昼食・休憩

■13:00~14:25 午後の部

カローリング

■14:30~15:00 閉会式



お知らせ

※必ずお読みください!

■6月の当番は…川柳専科です。

当番の仕事…朝8:30に登校し受付。
(7月の当番は、グラウンドゴルフ専科です。)

訂正とお詫び…大学だより5月号にて6月の当番をグラウンドゴルフ専科と記載しましたが、正しくは川柳専科です。尚、切り絵専科は絵手紙専科の後ろへ順番を変更させていただきます。

■バス通学生のみなさんへ

運動会当日はいつもと少し時刻が変更になっていますので、各自時刻表をご確認ください! 欠席などでバスを利用しない場合は、前日までに事務局(Tel63-2295)へ必ずご連絡ください。

■昼食(おにぎり・パン)注文について

アンケートにて注文を希望された方で不要の方は、6/2(火)までに事務局(Tel63-2295)へ必ずご連絡ください。

※注文した方は、朝受付にて500円と引換に昼食券を受け取ってください。

■運動会の前準備について

前日5日(金)15:00よりグラウンドと体育館の準備を行います。健康安全部会の方だけでは大変な作業となりますので、お手伝いいただける方はご協力よろしくお願いします。グラウンドの準備についてはグラウンドゴルフ専科の方にお手伝いいただけると助かります。

■水分補給は各自必ずおこなうようにしてください。当時はお茶の準備をお忘れなく!

5月第1講座

長寿社会における生涯学習の在り方について ~人生100年いづつになっても学ぶ幸せ「幸齢社会」~

日本の平均寿命は世界一の水準になっている。

- ① 介護保険制度における支援や介護を要しない高齢者は、65歳以上80%、75歳以上70%となっている。今後介護保険料の負担が増えていく。
- ② 20年前と比較して体力が約11歳若返っている。スーパー高齢者アスリートの100歳スイマー長岡三重子さんは、80歳から水泳を始め、100歳で1500mを泳ぐ。

健康の秘訣は…

- ・目標のあることが大事
- ・日常の掃除等の家事は自分でおこなう
- ・好きなものを好きなだけ食べる



松林 章 教育長

5月第2講座

有田市民病院より「転倒予防について」



高齢者の自立をうばう原因は…

- ①転倒・骨折
- ②認知症

骨折しやすい部位は…

- ①大腿骨頸部
- ②背骨
- ③手首

去年転倒すると、その7割が今年も転倒してしまう。その対策として…

- ・運動をして転倒しない体づくりをする
- ・転倒予防体操をする!

※転倒予防体操についてはまた別紙にてお配りします。

事務局にステキなお声が届きました!

『昨日ははじめて耐久大学に参加させていただき、いろいろとお世話になりました。多くの方々とお逢い出来、またいろいろと体験させていただき感動いたしました。』


との内容でした。温かいお言葉に事務局一同嬉しく思います。ありがとうございます。

またみなさんも、講座等の感想など何かございましたら事務局までお寄せください。可能な限りご紹介させていただきますと思います。



通学バス利用者のみなさんへ
運動会当日の通学バス時刻表

発着場所	往路時間	復路時間
鶏舎前	8:05	15:40
津木小上の三叉路	8:08	15:32
寺杣	8:10	15:30
津木中前	8:12	15:28
前田	8:15	15:26
山本六法池	8:30	15:15
町民体育館	8:35	15:00



開会式の始まりが9時なので、いつもより時間が早くなっています。乗り遅れのないようご注意ください！当日急な欠席や利用しない場合は同じ利用者の方に伝えてくださいね。



運動会当日のチーム編成について



今年度は運動会当日、『くじ引き』にてチーム編成をしますのでお楽しみに！

グラウンドゴルフについては、下記の方々をスコア等の関係で各チームに一名ずつ配置させていただきます。表記のみなさまご了承ください。10チームに編成します。

《白岩匡胤、野上禮子、伊藤加代子、梅本清一郎、森國しのぶ、

相坂 彰、上川和良、貴志昌則、熊野麗子、坂井竹男》

カローリングなどその他のゲームについては、くじ引きにて6チームに編成します。

