

<平成 29 年度のベテランズセミナーの日程と内容>

日時	内容
4 月 20 日 (木)	特別講座「社会福祉協議会の事業と弘前さくらまつり車いす応援隊の話を聞こう！」 講師:弘前市社会福祉協議会事務局次長兼岩木支部長 安田昭弘さん 参加人数:43 人 【講座のようす】 毎年、多くの観光客で賑わう弘前さくらまつりで、来園者のサポートを行う車いす応援隊のお話を聞きました。 【参加者からのメッセージ】 ○社会福祉協議会の大切な活動であることが理解できました。 ○車いす応援隊の活動に感激しました。 
5 月 11 日 (木)	心と体の講座 1「はじめてのヨガ～椅子に座って無理なくできます～」 講師:ヨーガインストラクター 下山明子さん 参加人数:36 人 【講座のようす】 初心者の方、膝や腰に不安のある方でも椅子に座って無理なくできるヨガを体験しました。 【参加者からのメッセージ】 ○とても気持ちがいやされた、リラックスできた。 ○普段、体の使っていないところを動かすことが出来て大変よかったと思います。 
6 月 15 日 (木)	心と体の講座 2「音楽で健康に！～歌でリラックスコンサート～」 講師:ヒーリングシンガー アヤノ♪さん 参加人数:39 人 【講座のようす】 音楽を聴いたり、歌ったり、身体を動かしたり。 心地よく楽しい時間を過ごしました。 【参加者からのメッセージ】 ○エレクトーンがいろいろな音を出せることがわかり、とても楽しめたし、よかった。 ○歌いながら身体を動かしたりして楽しかったです。講師の方の素敵な歌声に感動しました。 
7 月 13 日 (木)	今の時代これは知っておきたい 1「スマホ・ケータイ安全教室」 講師:NTT ドコモ職員 参加人数:35 人 【講座のようす】 振り込め詐欺などの犯罪やトラブルに巻き込まれないようにするための対策や、災害時における電話利用などのポイントについて、再現ドラマの映像を交えて説明いただきました。 【参加者からのメッセージ】 ○身近なことで知らなかったことがたくさんあって参考になった。 ○トラブルにまきこまれないようとても参考になった。
8 月 24 日 (木)	今の時代これは知っておきたい 2「終活～葬儀費用、墓地が無い場合の埋骨方法の話を聞いてみませんか～」 講師:弘前公益社職員 参加人数:27 人

	【講座のようす】 終活とは、いざというときの不安に向き合うことで、今をよりよく生きるための活動としたうえで、葬儀のかたちや事前相談の案内などについてお話しいただきました。 【参加者からのメッセージ】 ○必ず来る道、準備の仕方等参考になりました。 ○家族葬でやるのはいいと思います。自分たちだけでやる、気持ちがこもるのでは。 ○まだまだと思っても、いつ、どのようなことになるかわからず、今日の講座、参考になりました。
9月21日 (木)	今の時代これは知っておきたい3「祖父母のための育児の話を知ろう！」 講師：弘前大学大学院保健学研究科准教授 三崎直子さん 参加人数：17人 【講座のようす】 祖父母による育児への関わりについて、人形を用いた沐浴体験等を交えながら講義をいただきました。 【参加者からのメッセージ】 ○あまり聞けない話を詳しく話していただいてよかった。 ○男として意識が低かった。家内の苦勞がよく分かった。
9月21日 (木)	いまさら聞けない美術のことば 講師：元富岡美術館学芸員 白取幸子さん 参加人数：47人 【講座のようす】 スライドを使って古美術品や仏像を見ながら、美術鑑賞における独特の用語や基本を解説いただきました。美術館や博物館をたずねるのが楽しくなる、そんな講座になりました。 【参加者からのメッセージ】 ○話題がたくさん、おもしろかったです。ためになりました。 ○美術に関して昔から興味があり、国内外の旅行で展示物とかはよく観るようにしている。勉強になった。 ○今まで知らなかった仏像の種類などよくわかった。
10月20日 (木)	【移動学習】中野もみじ山～黒石温泉郷界隈～ 参加人数：18人 【学習のようす】 秋色深まる中野もみじ山で自然散策をした後、津軽伝承工芸館を見学しました。
11月16日 (木)	弘前の伝統工芸の今～津軽塗、こぎん、ブナコ～ 講師：弘前大学教育学部教授 石川善朗さん 参加人数：30人 【講座のようす】 伝統工芸品とは何か、それらを取り巻く環境はどのように変化してきたか、また、弘前その他青森県内にはどのような伝統工芸品があり、どんな特徴があるかなど、講義していただきました。 【参加者からのメッセージ】 ○全国の工芸品の話から地元の工芸を興味深く話して下さり、知りえない事がたくさんありとても勉強になりました。 ○時々クイズ形式に聴講の私達にも考える時間があり、頭をひねりながら考えられたのでよかった。

	た。大変分かりやすく面白かったです。 ○軽妙洒脱、アップテンポなお話しぶりで久々に刺激的なセミナーになりましたね。
12月14日 (木)	津軽為信最後の居城「堀越城」の話を聞こう 講師：弘前市教育委員会文化財課 職員 参加人数：47人 【講座のようす】 現在、整備が進められている国史跡「堀越城」について、これまでの調査成果を交えてお話を聞きました。 【参加者からのメッセージ】 ○興味深く楽しく聞けました。話が分かりやすかった。 ○これまでの発掘経過がわかってよかった。 ○堀越城は整備が進んできて興味がある城跡なので、今回の講座でいろいろな事を知ることができて、とても参考になりました。
1月18日 (木)	【現地学習：弘前市立博物館】「弘前藩の美術～お抱え絵師の遺した仕事～」・「津軽塗の世界」を観に行こう 講師：弘前市立博物館 学芸員 参加人数：49人 【学習のようす】 博物館で開催中の企画展を学芸員の解説付きで観覧しました。 【参加者からのメッセージ】 ○入館してすぐに説明のあった国の重要文化財に指定された猪形土製品、愛称「いのっち」。とても愛らしく好感の持てる出土品だった。 ○弘前藩の絵地図が見事で、一人でゆっくり眺めたいと思った。 ○高照神社の絵馬4点は、津軽歴史文化資料館オープン前の預かり品とのこと。間近で見る事が出来てラッキーでした。
2月15日 (木)	弘前藩の忍者集団「早道之者」とは 講師：青森大学薬学部教授・青森大学忍者部顧問 清川繁人さん 参加人数：55人 【講座のようす】 弘前藩に実在した忍者集団「早道之者」について、約2年の調査から判明した忍者に関わった弘前藩の歴史やエピソードについて紹介していただきました。 【参加者からのメッセージ】 ○津軽藩に忍者集団がいたことを知り、物知りになりました。 ○歴史の中での忍者の活動がわかり面白かった。 ○歴史物が大好きです。今日は面白かったです。
3月15日 (木)	桜守という仕事～咲き誇れ100年の絆～ 講師：弘前市公園緑地課桜守 橋場真紀子さん 参加人数：64人 【講座のようす】 弘前さくらまつり100周年を迎える今年の桜の見どころと桜管理の秘話などについてお話しいただきました。 受講生のみなさんは、桜の種類の多さとその魅力、またそれ

	ぞれにせん定、施肥の方法に違いがあり桜守の苦労があることに驚きながら、興味深く熱心に聞き入っていました。 【参加者からのメッセージ】 ○桜のことをあまり詳しく聞いたことがないので、勉強になった。今後は今日の講座を参考にし、公園の桜を見て歩く気持ちが変わるように思う。 ○とてもよく分かり、楽しかったです。桜の種類の多さにも驚きました。何度も訪れて桜を鑑賞したいと思います。
--	--