

特別講義を開催しました

7月26日(木)レクザムホール小ホールにて、かがわ長寿大学高松校・西校合同の特別講義を行いました。



1時限目は公立諏訪東京理科大学 情報応用工学科教授 篠原菊紀氏をお迎えし、『今ならまだ間に合う～脳トレで生き生きシニアライフ』をテーマに講義していただきました。

参加者の感想

- ★ユーモアたっぷりの講義、興味深く聞かせてもらいました。脳トレ・運動・食事・血圧etcを頭の隅において生活したいと思います。
- ★目からうろこが落ちた思いです。心をこめて、何事も行う事が脳トレになるとは…
- ★賢さを褒めるのではなく、努力を褒める方が効果があるとは、驚きです。

2時限目は『できることから始めよう』をテーマに、長寿大学卒業生を含むボランティア活動者によるパネルディスカッションが行われました。



サークルことぶき 代表者
田所 なよ子 氏
長寿大学高松校 卒業生



オカリナサークル"夢" 代表者
佐保 光宥 氏
長寿大学西校 卒業生



読み聞かせグループ「ポピイ」代表者
大谷 徳 氏



高齢者いきいき案内所 コーディネーター
平池 佳奈枝 氏



コーディネーター
香川県社会福祉協議会
石田 盟人 氏

参加者の感想

- ★ボランティアをしようと思った時、どうすればよいかがよく解りました。ボランティアをされている方の様子、お気持ち等うかがえてよかったです。
- ★ボランティアに興味はあったが、どんなものか、どうすればいいか等わからないことが多かった。パネルディスカッションを聞いて、ボランティアについてイメージが広がり、よかった。