

同窓会だより H28 年度第 17 号

生涯現役 夢追塾
同窓会

高齢者による高齢者のためのイベント

90歳を元気で迎えるための道しるべ

第1回 開催日：4月16日(日) 第2回 開催日：4月23日(日)

開催場所：ウェルとばた 多目的ホール 13:00~16:15

- 最近”Life Shift100年時代の人生戦略”という本が話題になっています。
 - その中に”2007年に生まれた日本人は107歳まで生きる確率が50%ある”と記載されています。しかし、一方では90歳の75%は認知症であるという現実があります。
 - 誰もが90歳以上生きるのなら、元気で90歳を迎えたいと思っていますはずです。
 - そのために、60歳・70歳・80歳代の私達は、今何をすればよいのか、一緒に考えましょう。これが今回のイベントのテーマです。
 - それぞれの講師や23名の卒塾生のスタッフ、笑いヨガクラブ、BBC、よさこい夢追いたい等のメンバーのご協力により、非常に、盛り上がったイベントになりました。
 - 最後に、遠く大宰府市から参加いただいた人を含めて、沢山の人が2日共、ご来場いただきました。
- ☆ 有難うございました。

実行委員会代表 常光 孝一



講演テーマ：ライフスタイルの見直し
西南女学院大学短期学部教授 中島 俊介



会場は満席 熱心な視聴者

第1回目 イベント



笑いヨガ体験会



北九州市男女共同参画審議会市民委員 金子良憲

定年退職後学んだこと



元気の秘訣は

対談 元気の秘密

97歳で現役理容師 平松太郎 理容師

第1回目 イベント



夢追塾の紹介

(社)北九州シニア応援団
(さくら)紹介



第2回目 イベント



長寿の秘訣とは

秋武医師流健康法

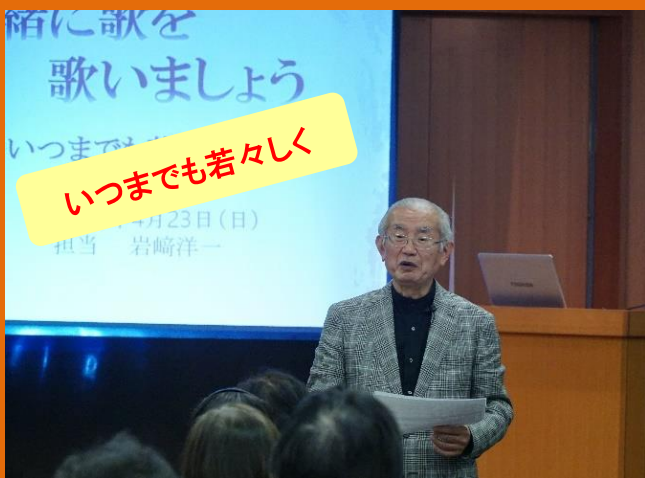
あきたけ医院 院長 秋武 邦子



健康法を教えて

自転車に乗る96歳 森崎 重行

インタビュー "あなたの健康法"は……



いつまでも若々しく

一緒に歌いましょう

岩崎 洋一

北九州市少年少女合唱団元指揮者
福岡県合唱連盟理事長



実行委員会代表 常光孝一



特別出演:ビューティフル・バアチャングラブ



踊り子と会場が一体になって！ よさこい夢追いたい&BBC



よさこい夢追いたい



1日目のスタッフ



ミーティング



グループ会議



2日目のスタッフ

関係 団体の紹介

- ・生涯現役夢追塾
- ・(社)北九州シニア応援団さくら
- ・いきがい活動ステーション
- ・年長者研修大学校