

# 令和3年度 藤岡公民館講座 秋の講座 受講生募集

藤岡公民館では、下記の講座を開設します。  
ふるってご参加ください。



## 【開設講座一覧】

| 講座                                      | 開催日時  |                             | 講師  | 定員   | 受講料 |
|---|---|-----------------------------|---|------|-----|
| 知ってまる得！<br>スマートフォンの<br>使い方講座            | 9月3日(金)<br>①午前10時～<br>②午後2時～<br>①・②のどちらかをお選<br>びください。内容は同じ<br>です。 |                             | パソコンじゅく<br>自治医大駅前教室<br>教室長<br>加島 久子 先生<br>渡邊 由美子 先生 | 各10名 | 無料  |
| とちぎの歴史<br>講座<br>(全3回)                   | 第1回   | 9月10日(金)<br>午後2時～<br>2時間程度  | 栃木市<br>文化財保護審議会<br>委員<br>和久井 紀明 先生                  | 20名  |     |
|   | 第2回   | 9月24日(金)<br>午後2時～<br>2時間程度  |   |      |     |
|   | 第3回   | 10月8日(金)<br>午後2時～<br>2時間程度  | 栃木市古文書研究会<br>事務局長<br>荒川 重雄 先生                       |      |     |
| すてきな人生の<br>仕舞(しまい)方<br>(終活) 講座<br>(全4回) | 第1回   | 9月29日(水)<br>午後2時～<br>2時間程度  | 栃木県金融広報委員会<br>金融広報アドバイザー<br>桐生 雅弘 先生                | 20名  |     |
|   | 第2回   | 10月27日(水)<br>午後2時～<br>1時間程度 | 栃木市役所<br>地域包括ケア推進課<br>職員                            |      |     |
|   | 第3回   | 11月24日(水)<br>午後2時～<br>1時間程度 | とちぎメディカル<br>センターとちのき<br>緩和ケア認定<br>看護師<br>毛塚 亜貴 先生   |      |     |
|   | 第4回   | 12月22日(水)<br>午後2時～<br>2時間程度 | 終活カウンセラー<br>協会認定<br>終活講師<br>猪瀬 清美 先生                |      |     |

※栃木市在住の方のみ対象の講座です。  
受付期間、申込方法、講座内容の詳細は裏面をご確認ください。

## 秋の講座詳細

【受付期間】 8月3日（火）～8月11日（水）午前9時から午後5時まで  
（土・日祝日は職員不在ですので受付できません。）

【申込方法】 藤岡地域づくり推進課 公民館係（TEL：0282-62-4321）  
までお電話にてお申し込みください。

- ・新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、中止・変更になる場合があります。
- ・講座を受講の際は必ずマスクを着用し、体調がすぐれない時は講座への参加はご遠慮ください。
- ・各回とも最低開催人数は5名です。

### 【各講座の詳細】

| 講座  | 内容  |  | 参加者で持参するもの   |
|---|---|--|--|
| 知って<br>まる得！<br>スマートフォ<br>ンの使い方<br>講座        | スマートフォンをお使いですか？電話とメールだけじゃない、超便利な使い方と注意しなければならない事をお話しします。<br>申込の際、Android、iPhone、らくらくフォンなどお使いの機種をお聞かせください。<br>※ 機種変更等の相談はお受け出来ません。 |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ご自身でお使いのスマートフォン</li> <li>・筆記用具</li> <li>・飲み物</li> <li>・その他必要と思われるもの</li> </ul> |
| とちぎの歴史<br>講座<br>(全3回)                       | 第1回   | 京都から日光まで例幣使一行が通った道を、いろいろな資料で学びます。                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・筆記用具</li> <li>・飲み物</li> <li>・その他必要と思われるもの</li> </ul>                           |
|   | 第2回   | 旧街道と宿場について、いろいろな資料で学びます。（藤岡宿も出てきます。）                                 |  |
|   | 第3回   | 伊勢神宮・金刀比羅宮の参拝は庶民の憧れだったといわれ、浮世絵にも描かれています。当時はどの様な旅だったのか。を学びます。         |  |
| すてきな<br>人生の仕舞<br>(しま)い方<br>(終活) 講座<br>(全4回) | 第1回   | 高齢者の家計の現状や老後の生活資金、資産形成、金融資産運用をテーマに、NISAなど非課税制度や老後の生活設計の基礎的な考え方を学びます。 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・筆記用具</li> <li>・飲み物</li> <li>・その他必要と思われるもの</li> </ul>                           |
|   | 第2回   | 住み慣れた地域で暮らし続けるための地域包括ケアシステムの取組について学びます。                              |  |
|   | 第3回   | 「もしもの時の話し合い」は、元気な時にこそ必要です。<br>終末期の医療の事・在宅ケアについて学びます。                 |  |
|   | 第4回   | 自分を見つめ自分らしく生きる。エンディングノートに記する事で人生の棚卸となり、今後の備えるべきものが明確になり生き甲斐について学びます。 |  |