

すこやか大学

「プロスポーツを 知ろう&学ぼう&応援しよう！」



「すこやか大学」では、おおむね70歳以上の方を対象に参加者を募り、楽しく元気に生活するための活動を年5回実施しています。今日は、一般社団法人 日本声磨き普及協会認定のインストラクターを講師に招き、光の森学園7・8・9年生と一緒に「声磨き®トレーニング」を行い、はつきり元気に話す发声方法を練習しました。また、プロサッカーチーム藤枝MYFCのスタッフ立ち合いのもと「藤枝MYFCの応援」にも挑戦しました。

参加者からは「学生と交流できていい刺激になつた」「大きな声を出して気持ちがよかつた」「実際に試合を応援したい」といった声が聞かれ、世代を超えて健康増進とコミュニケーションの質向上することができました。

「むつみ学級(おおむね60歳以上)」「すこやか大学(おおむね70歳以上)」

町では、おおむね60歳以上を対象とした2つの生涯学習講座を年5回程度開催しています。本年度は、ユネスコエコパーク紅葉満喫ツアーや赤石太鼓体験など、地域に根ざした交流や体験を開催しました。

ご興味がある方は、社会教育課までご連絡ください。



マイエフシー
藤枝MYFCグッズの抽選会を開催！
さっそく身につけて応援練習しました。



呼吸法・発声法・表情筋ストレッチなどを通じて声を出す楽しさを体験！



【問】社会教育課 社会教育室 ☎0547(58)7080