

応援します 新元気世代

50歳以上の
皆さん

人生 100 年時代を迎える中、生涯にわたり、笑顔あふれる豊かな暮らしを送るためには、「生きがい」を持つことが重要であると言われています。
市ではおおむね 50 歳以上の人を「新元気世代」とし、その世代の皆さんがいつまでも生き生きと暮らせるよう、「新元気世代・新元気世代による・新元気世代のため」の取り組みを行っています。
申込・問合せ スマイルライフ推進課 ☎631-6861 ④shingenki@city.yaizu.lg.jp

焼津おとな倶楽部

「焼津おとな倶楽部」では、『何か始めてみたい』『趣味を探している』という新元気世代の皆さんが、新たな生きがいや趣味を見つけるきっかけにしてください。さまざまな講座を開催しています。
料理や手芸、運動、歴史講座など、70 講座以上の多様な講座を開催しており、年間延べ 1,500 人以上が参加しています。



焼津おとな倶楽部
ホームページ



〇市民が身近な先生となる「趣味活案内人」講座

自分の趣味や特技を教えたいという思いを持った新元気世代の人が、身近な先生「趣味活案内人（市民講師）」となり、案内人自身が講座を企画・運営する講座です。
現在、焼津おとな倶楽部には、「趣味活案内人」が約 50 人います。専門家による講座とは少し違う和やかな雰囲気、バラエティに富んだ講座を定期的に開催しています。
※次回の参加者募集は 12 月の予定です。



参加者の声

森竹 賀子さん(大村 3)

- 音楽、運動、料理など、さまざまなジャンルの講座に参加しています。気楽に参加でき、参加者同士で和気あいあいと楽しんでいます。
- 皆さんもこの講座から新しい趣味が見つかるかもしれませんよ。ぜひ参加してみてください。

アナタも /

「趣味活案内人（市民講師）」になりませんか？

新元気世代の皆さんが「趣味活案内人」になるための「市民講師育成講座」を開催します。
アビールポイントの見つけ方や自身の思いの伝え方など、普段の活動にも生かせる講座です。講師の経験はないけど、得意なことや仕事で得た知識・技術などがある人はぜひ参加してください。

講座終了者は趣味活案内人として登録し、焼津おとな倶楽部趣味活案内人講座を開催することができます。
対象 おおむね 50 歳以上の市内在住または在勤の人で、全ての講座（全 3 回）に参加できる人

会場 小川公民館
日時 内容など 下表のとおり
受講無料

定員 10 人（申し込み多数の場合は抽選）
申込方法 10/20（金）までに住所・氏名・年齢・電話番号を電話またはメールで伝える
※詳しくは 10/2（月）の新聞折り込みチラシが焼津おとな倶楽部ホームページを確認してください。
申込・問合せ スマイルライフ推進課
☎631-6861 ④shingenki@city.yaizu.lg.jp

【表】市民講師育成講座

回数	日時	内容	講師
①	11/11（土） 10:00～12:00	講座の組み立て方	武智雅美さん（静岡新聞社 SBS 学苑本部長） アシスタント：大澤美奈子さん（静岡新聞社 SBS 学苑本部 コーディネーター）
②	11/11（土） 13:00～15:00	心に響く話し方・伝え方	鈴木通代さん（元 SBS アナウンサー）
③	11/18（土） 13:00～15:00	自身の講座の魅力を発表	①②の講師

趣味活案内人の声

久野 紅華さん(普通講師)



あなたのスキルを必要としている人のために。
焼津市の恵まれた環境のおかげで、安心して最初の一步を踏み出すことができました。日常を色づかせる、「いま」が絶好の機会です。



「インターバル散歩」は、壮年期から生活習慣病を予防し、将来介護されないようにエビデンス（根拠）に基づいた運動です。
皆さんの成長する姿を見るのが、自分の喜びになっています。

伊東 哲さん(インターバル散歩講師)



「地域のスマホ相談員」にご相談を



市民の皆さんが、スマホやデジタル機器の使い方などを気軽に相談ができるよう、新元気世代の皆さんが「地域のスマホ相談員」となり、公民館でスマホ操作などの支援を行う「地域のスマホ相談室」を開設しています。
「スマホが苦手」、「基本的な使い方がわからない」という人は、ぜひご利用ください。

会場・相談日 右表のとおり
※令和 6 年 2 月まで開設しています。
相談方法 相談日の 1 週間前までに相談したい会場の窓口で申し込み
相談無料

【表】「地域のスマホ相談室」会場ほか

会場	相談日	相談時間
大村公民館 (☎629-3351)	毎月第 4 金曜日	10:00～12:00
豊田公民館 (☎627-7310)	毎月第 3 木曜日	10:00～12:00
小川公民館 (☎624-8191)	毎月第 3 水曜日	10:00～12:00
和田公民館 (☎623-1570)	毎月第 3 火曜日	10:00～12:00
大井川公民館 (☎622-3111)	毎月第 4 火曜日	14:00～16:00

「かんたん公民館スマホ講座」

スマートフォンの使い方に不慣れな「スマホ初心者」向けの連続講座です。

対象 市内在住で全ての講座（全 4 回）に参加できる人
※お住まいの地区以外の公民館でも受講できます。
内容 ①電源の入れ方、ボタン操作、Wi-Fi のつなぎ方と説明
②電話のかけ方、インターネットの使い方
③カメラ・地図アプリの使い方
④ SNS の使い方、市公式 LINE について
講師 NPO 法人 e-Lunch 参加無料

持ち物 スマートフォン、筆記用具
※スマートフォンを持っていない場合は貸し出します。
希望者は申込時にお知らせください。
定員 各会場 10 人
※申し込み多数の場合は抽選。
申込方法 10/3（火）～13（金）の 9:00～17:00 の間に、受講を希望する公民館に電話するか、窓口で申し込む
※月曜日は休館です。

■ Android のスマートフォンを使用している人向け

会場	相談日	相談時間
小川公民館 (☎624-8191)	11/7（火）～28（火）の毎週火曜日	10:00～11:00
東益津公民館 (☎628-2607)	11/15（水）～12/6（水）の毎週水曜日	10:00～11:00
和田公民館 (☎623-1570)		14:00～15:00
大村公民館 (☎629-3351)	12/11（金）～22（金）の毎週金曜日	10:00～11:00
豊田公民館 (☎627-7310)		14:00～15:00

■ iPhone のスマートフォンを使用している人向け

会場	相談日	相談時間
小川公民館 (☎624-8191)	11/7（火）～28（火）の毎週火曜日	14:00～15:00

「焼津おとな倶楽部」募集中の特別講座



対象 市内在住・在勤のおおむね 50 歳以上の人
申込方法 焼津おとな倶楽部ホームページから申し込むか、講座名・会員番号（会員のみ）・住所・氏名・年齢・電話番号を電話かメールで伝える
※定員を超えた場合は抽選です。
※詳しくは 10/2（月）の新聞折り込みチラシが焼津おとな倶楽部ホームページを確認してください。
申込・問合せ スマイルライフ推進課 ☎631-6861 ④shingenki@city.yaizu.lg.jp

講座名	日時	定員	会場	講師（敬称略）	参加費
1 地元の食材で作るお手軽キャンプ飯	11/4（土） 14:00～15:30	16 人	和田公民館	飯田泰之 (IIDA JAPAN CAMP 代表)	2,000 円
2 トイドローン「入門編」	11/18（土） 10:00～11:30	20 人	大富公民館	清水大輔 (ドローン検定協会公認指導員)	1,000 円
3 ダンス曲にあわせて体幹リズムストレッチ	11/24（金） 10:00～11:30	20 人	焼津公民館	小林和佳子 (JWI AFAA 認定マツトサイエンスインストラクター)	1,000 円
4 50 代から考える相続のキホン	11/25（土） 14:00～15:30	30 人	市役所本庁舎 ※オンライン受講あり(無料)	八木良直 (司法書士 エイト総合事務所)	1,000 円
5 おもてなしクリスマス「ドレス・ド・オムライス & ポテサラツリー」	12/9（土） 10:00～11:30	12 人	小川公民館	桐下昌子 (料理教室講師)	2,000 円
6 仏像の切り絵	12/9（土） 14:00～16:00	10 人	小川公民館	袴田恒夫 (仏像彫刻師)	1,550 円
7 年末年始を彩る壁飾り 冬のスワッグ	12/14（水） 10:00～11:30	8 人	大富公民館	原恵美子 (欧風花インスティテュート講師)	4,000 円
8 やわらかに灯る竹あかり	12/14（水） 13:30～15:30	10 人	和田公民館	大村大輔 (久能山東照宮「天下泰平の竹あかり」プロデュース)	3,300 円

天文楽講座

「望遠鏡で土星と木星を見よう」

「焼津おとな倶楽部」とディスカバリーパーク焼津天文科学館共催の天文講座です。

対象 市内在住・在勤のおおむね 50 歳以上の人

日時 11/10（金） 18:00～19:30
会場 ディスカバリーパーク焼津 天文科学館
内容

- 天体望遠鏡で「土星」や「木星」をじっくり観察
- 実天での夏・秋の星座探し
- ※雨天曇天時は、天文台見学や星のお話（ふたご座流星群や惑星）、星座早見工作ペーパークラフト工作を行います。

参加費 100 円
定員 15 人（申込順）
申込方法 10/11（水）9:00 以降に電話または窓口で申し込む
申込・問合せ ディスカバリーパーク焼津 天文科学館 ☎625-0800