

2021年度

# ことぶき大学

## 後期プログラム募集



①音楽コース(イベントコード:210720H-A 定員60名)

### 音楽の魅力、再発見！

②脳トレコース(イベントコード:210720H-B 定員30名)

### 心と体が若返る、楽しい健康脳トレ

ことぶき大学とは…

1966年に始まって以来、“楽しく学んで豊かに生きる”をモットーとして、楽しく希望に満ちた生活を築くための学習と交流を深める場として実施している講座です。

- 対象者 町田市在住の60歳以上(2021年4月1日現在)で、全回出席できる方
- 費用 無料
- 申込方法 Webまたは電話からのお申込み  
※ ハガキ(往復ハガキも含む)でのお申込は受付けません。  
詳細は裏面を参照ください。
- 注意事項 ※ 応募多数の場合は抽選になります。  
昨年度と今年度前期未受講の方を優先します。  
※ 1名様1回までの申込となります。  
重複受付が確認された場合は、最後に受付けたものを有効とします。  
※ ことぶき大学にお申し込みの方は、本紙を大切に保管してください。

#### 【お原貞い】

- 新型コロナウィルス感染拡大防止のため、定員を減らしています。  
また、状況に応じて中止や変更になる場合がありますので、予めご承知おきください。
- 講座当日は自宅で検温してから来館してください。  
(発熱等の症状がある方は、参加をお控えください。)
- 館内ではマスクの着用をお願いいたします。

主催・お問い合わせ先 町田市生涯学習センター  
☎ 042-728-0071

# <①音楽コース プログラム >

定員60名

## 音楽の魅力、再発見！

現在、私たちはコロナ禍の中で、日々の生活に不安を感じ、心にゆとりを持つなくなっているのではないか。このような時に、音楽にふれることで、心に安らぎや感動を取り戻し、心豊かな生活をしていきたいと思います。

この講座では、著名なエッセイストや免疫音楽医療の専門家、作曲家、また音楽評論家の方々から音楽の持つ魅力について様々な観点から話を伺います。最終回は生の演奏をお楽しみください。

### 1. 日 程

回	月 日	曜日	時 間	内 容
1	9月29日	水	午後2時	小澤幹雄のやわらかクラシック やわらかな兄征爾その後 エッセイスト 小澤 幹雄
2	10月13日			メンタルヘルスに役立つ免疫音楽医療 埼玉医科大学短期大学名誉教授 和合 治久
3	11月10日			音楽から見るヨーロッパ文化の歴史 作曲家 近藤 譲
4	11月17日		午後4時	音楽の味わい方・感じ方 ~音楽をより楽しむために~ 音楽評論家 渡邊 學而
5	11月24日			オペラの楽しみ ~究極の総合芸術へようこそ~ 音楽評論家 加藤 浩子
6	12月1日			やわらかクラシックトークとチェロのしらべ エッセイスト 小澤 幹雄 チェリスト 古谷田 祥子

2. 会 場 町田市民フォーラム 3階ホール  
町田市立中央図書館 6階ホール（第4回のみ）

3. 持 ち 物 筆記用具

## <②脳トレコース プログラム >

定員30名

### 心と体が若返る、楽しい健康脳トレ

脳が若返れば心も体もイキイキとなります。脳科学に基づく脳の働き方、脳の活性化の方法を具体的に楽しく学び、クイズやパズル、ゲームなどで実践体験します。誰でもできる認知症予防に活かせるかんたん健康体操もご紹介し、楽しみながら頑張れるコツを学べる講座です。

アクティブ・ブレイン協会認定講師 藤本肇

#### 1. 日 程

回	月 日	曜日	時 間	内 容
1	9月14日	火	午後 1時30分	名前が出てこないが無くなる、名前覚えゲームで仲間づくり
2	9月28日			物忘れが無くなる、物覚えを良くするやりかた体験
3	10月12日		? 午後3時	脳を元気にするクイズ・パズル・計算に挑戦！
4	10月26日			高齢者運転免許更新にもすぐ役立つ記憶力アップ法
5	11月9日			認知症予防のゲームと転倒防止のかんたん健康体操
6	11月30日			これから的人生を楽しく生きるための考え方と、丸太切りゲーム

2. 会 場 町田市立中央図書館 6階ホール

3. 持 ち 物 筆記用具

## 【お申込み方法・会場案内】

### I 『イベシス』でのWeb申込み（7月15日（木）正午から受付開始）

町田市ホームページトップページの「イベント申込みなら『イベシス』」から入り、下記のイベントコードを入力し、検索してからお申込みしてください。  
★スマートフォンではこちらからもアクセスできます。

① 音楽コース : 210720H-A

② 脳トレコース : 210720H-B



受付が完了すると、最終画面で受付番号が通知されますのでご確認ください。

### II お電話での申し込み（7月20日（火）正午から受付開始）

町田市イベントダイヤル

☎ 042-724-5656 (年中無休 受付時間：7時～19時)

受講したい講座名、名前、年齢、住所、電話番号をお伝えください。

★申込開始直後は電話が混雑します。先着順ではないので時間をおいてお電話ください。

※ 定員を超えた場合は昨年度、今年度前期未受講の方を優先し、抽選をします。

※ 申込み受付時点では当選確定ではありません。当落通知ハガキを後日郵送します。

※ お一人1回までの申込となります。

重複申込みが確認された場合は、最後に受付したもの有効とします。

#### ◆受付期間◆

1次受付期間（イベシスのみ受付）

イベシス：7月15日（木）正午～7月19日（月）19時00分

1次受付と2次受付および、  
Webと電話の申込み方法に  
関わらず、当選の確率は  
同じです。

2次受付期間（イベシス・電話の両方で受付）

イベシス：7月20日（火）正午～8月19日（木）23時59分

電話：7月20日（火）正午～8月19日（木）19時00分

#### ◆当落通知ハガキの郵送◆

お申込みいただいた方全員に、9月3日（金）頃までに郵送いたします。



#### 【会場】

**町田市民フォーラム**  
(町田市原町田4-9-8 3階ホール)

**町田市立中央図書館**  
(町田市原町田3-2-9 6階ホール)

#### 【お問い合わせ先】

**町田市生涯学習センター**  
(町田市原町田6-8-1)  
(042-728-0071)