

令和8年度

寺田コミュニティセンター  
高齢者事業

# 七時雨大学

寺田の高齢者の皆さんが  
楽しく学び、つながる「七時雨大学」  
-----今年も開講します！-----  
学び・交流・趣味活動・旅行など  
楽しい企画をご用意しています。

★シルバーリハビリ体操体験会も開催します！



【グラウンドゴルフ交流会もあります！】



【趣味を楽しむ会】

ペン習字



ビーズアクセサリ  
制作



手紡ぎコースター  
制作



消しゴムハンコで  
カレンダー制作



第1回 6/26(金)

世界から集まる学生たちと八幡平  
～ハロウ安比校の学校生活～



第2回 7/24(金)

八幡平市内・高齢者施設の方のお話



第3回 9/18(金)

バス修学旅行 大船渡&陸前高田  
旬!秋刀魚&海を味わい学ぶツアー



第4回 10/30(金)

終活準備ブックの作成  
生前整理をしたら  
人生が楽しくなった話



第5回 11/27(金)

昭和の写真を持ち寄って  
想いで語ろう会



第6回 1/22(金)

新年交流会  
(寺田保育所遊戯・ゲーム大会)



第7回 2/26(金)

ヒマラヤを歩いて見えた、  
八幡平の暮らしの魅力



# 令和8年度 七時雨大学 行事予定表

場所：寺田コミュニティセンター大会議室

回	期 日	講師及び時間等	内 容	講師／GG場所	昼 食
1	6/26 (金)	午 前 ①10:00~11:15 ②11:15~12:00	●世界から集まる学生たちと八幡平 ～ハロウ安比校の学校生活～ ●シルバーリハビリ体操体験会	●ハロウインターナショナルスクール 安比ジャパン 安立 聖子氏 ●寺田シルリハの会	お弁当
		午後① 13:00~15:00	●グラウンドゴルフ①(雨天:中止)	七時雨グラウンドゴルフ場	
		午後② 13:00~14:30	●趣味を楽しむ会 ペン習字(材料費500円)	大和由紀子さん(上関)	
2	7/24 (金)	午 前 ①10:00~11:15 ②11:15~12:00	●八幡平市内・高齢者施設の方のお話 ・市内各施設やサービス種類の紹介 ・費用の話、事例紹介、実際の取り組み ・高齢者施設を利用する前にしておくこと ●シルバーリハビリ体操体験会	●八幡平市包括支援センター 西根ブランチ 鈴木寿浩氏 ●寺田シルリハの会	手作り カレー (食改協)
		午後① 13:00~15:00	●グラウンドゴルフ②(雨天:中止)	七時雨グラウンドゴルフ場	
		午後② 13:00~14:30	●趣味を楽しむ会 ビーズアクセサリ制作 (材料費500円)	●宍戸かつ子さん(平館)	
3	9/18 (金)	終 日 7:00~16:30	●バス修学旅行 旬!秋刀魚&海を味わい学ぶツアー (別途参加費3500円)	大船渡&陸前高田	現地
4	10/30 (金)	午 前 ①10:00~11:00 ②11:00~12:00	●終活準備ブックの作成 ●生前整理をしたら、人生が楽しかった話	●田山郵便局長 成田信也氏 ●遺品整理士 工藤裕輔氏	お弁当
		午後① 13:00~15:00	●グラウンドゴルフ③	アイーナ松尾(体育館内)	
		午後② 13:00~14:30	●趣味を楽しむ会 手紡ぎコースター制作 (材料費700円)	●小山牧子さん(新田出身)	
5	11/27 (金)	午 前 10:00~12:00	●なつかしの昭和の写真会 ～昭和の写真を持寄って思い出を話そう～	●コミセン職員	手作り カレー (婦人会)
		午後① 13:00~15:00	●グラウンドゴルフ④	アイーナ松尾(体育館内)	
		午後② 13:00~14:30	●趣味を楽しむ会 消しゴムハンコでカレンダー制作(材料費500円)	●圃田昌子さん(盛岡)	
6	1/22 (金)	10:00~12:30	●新春交流会 ・『大爆笑DVD』上映会 ・ゲーム大会/ビンゴ&カラオケ大会 (参加費500円)	●コミセン職員	お弁当
7	2/26 (金)	10:00~12:30	●閉講式&記念講演 「ヒマラヤを歩いて見えた、八幡平の暮らしの魅力」	●写真家 飯坂大氏(田頭)	お弁当

※上記日程・内容等に、変更がある場合もございます。その際はご了承願います。

## お申込み方法

参加費：3,000円 (全7回講座 & 6回分昼食含)

### 老人クラブ入会者の方



各老人クラブ会長か  
地区代表へ、3,000円を  
添えてお申し込みください。

### その他の方



寺田コミュニティセンターへ  
3,000円を添えて  
お申し込みください。

お問い合わせ 寺田コミュニティセンター

☎ 電話 77-2024

☎ FAX 77-2024

≡ 令和8年度「七時雨大学」に申し込みます ≡

### 第1回(6月26日・金)の参加について

午前講座に参加する

- 午後：ボールペン字  
 午後：グラウンドゴルフ  
 帰宅する

👤 お名前

☎ 電話番号

🏠 ご住所(行政区)

🎂 誕生日

年 月