

定員 各回250人

5月 28日 (火) NO. 1

### 人生 大いに楽しむ

【講師】  
NPO法人福岡県ダーツ協会理事長  
太田 剛  
NPO法人福岡県レクリエーション協会専務理事  
緒方 初美

【内容】  
「仕事も遊びも真剣に！」をモットーに人生を楽しんできました。まだ続く、わくわくシニア時代の夢を語ります。

7月 9日 (火) NO. 4

### 脳卒中を予防するために ～生活習慣病について考える～

【講師】  
聖マリア学院大学 看護学部 准教授  
小浜 さつき

【内容】  
高血圧・脂質異常症・糖尿病といった生活習慣病は、脳卒中にもつながる疾患です。日本脳卒中協会の発表した脳卒中を予防するための十カ条にもとづき、生活習慣病の予防についてお話します。脳卒中を予防するために大切なポイントを一緒に学びましょう。

6月 11日 (火) NO. 2

### SOGIESCって何？ 性の多様性への理解と対応

【講師】  
OVER THE RAINBOW代表  
荒牧 明楽

【内容】  
LGBTQという言葉がだいぶ社会的にも知られるようになりました。日本でもたくさん変化したことがあります。変わらないこともあります。改めて性の多様性について理解を深めましょう。

7月 23日 (火) NO. 5

### 「久留米を染める」染色 ～体感する化学～

【講師】  
久留米工業大学 教育創造工学科 准教授  
中村 美紗

【内容】  
久留米絨に用いる藍染は、酸化還元反応を利用した染色です。反応の様子のほか、食品廃棄物などの草木染についても紹介します。

6月 22日 (土) NO. 3

### 生涯現役！ 脳と体を元気に保つシナプソロジー体験！

【講師】  
いきいきリハビリケア  
作業療法士  
恒松 伴典

【内容】  
脳と体を元気に保ち自分らしくイキイキと過ごすポイントについて、脳活性化プログラム「シナプソロジー®」を交えて楽しく体験します。楽しく笑顔があふれる120分です。



※申込方法については裏面をご確認ください。

8月 3日 (土) NO. 6

### 「歎異抄」に学ぶ ～生き方の道しるべ～

【講師】  
九州大谷短期大学 准教授  
中島 航

【内容】  
「歎異抄」を通して、各々の人生を生き抜くヒントを学びたいと思います。初めて仏教に触れる方も歓迎します。

9月 17日 (火) NO. 9

### 知って活用しよう！ 介護予防・介護サービスの知識 ～元気なうちから介護予防に取り組もう～

【講師】  
久留米市地域包括支援センター  
緒方 智美／三宅 晃代／長野 久雄／春本 恵子

【内容】  
いつまでも住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けるために、介護予防についてお話しします。また、要介護状態になっても望む暮らしが送れるよう、活用できる在宅サービスや施設サービスについてもご紹介します。

8月 24日 (土) NO. 7

### 脱炭素化に向けた 水素エネルギーの役割と課題

【講師】  
九州大学水素エネルギー国際研究センター  
教授  
西原 正通

【内容】  
近年、地球温暖化の解決に向け、世界各国で脱炭素化の動きが加速しています。水素エネルギーは発電、製造業、運輸等幅広い産業分野での脱炭素化を実現させるキーテクノロジーとして注目されています。水素エネルギーとは何か、またその利点、課題等を解説します。

9月 28日 (土) NO. 10

### 久留米の尊王攘夷の活動家 真木 和泉守

【講師】  
久留米大学 文学部 教授  
吉田 洋一

【内容】  
真木和泉守の事蹟と同時代における久留米藩の動向についてお話しします。

9月 7日 (土) NO. 8

### ジャズを楽しく聴きましょう！

【講師】  
西日本新聞TNC文化サークル ジャズ講師  
上野 裕嗣

【内容】  
第1部 私が選んだ映画の中のジャズ  
第2部 私が選んだスタンダードジャズ  
100年の歴史を持つアメリカで生まれた「ジャズ」を楽しみましょう。そして好きになって下さい。ジャズはいいですよ！

