



**期間** 令和7年5月28日(水)～令和7年6月25日(水) [全5回]

**実施場所** 八幡西生涯学習総合センター  
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 (35ページアクセス参照)  
TEL:641-9360 FAX:641-9332

**申込・問合せ先** 八幡西生涯学習総合センター  
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3  
TEL:641-9360 FAX:641-9332

**時間** 10:00～12:00

応募締切

5月7日(水)

スマートフォンからも  
お申込みできます▶



**定員** 30名

**受講料** 2,000円

受講生への  
メッセージ

コーディネーター：高齢者の自主的な学びの場「ESD推進いきいきシニア塾」会長 金子 良憲

- 高齢者は守られる側ではなく、高齢社会の主役にならないと社会は発展しない！
- ★高齢者の持つ能力を活かして社会をいかに発展させるか！
  - ★「生きるっていいことは人とつながること！」  
「親友」は減っても「新友」はできる
  - ★日々の諸活動に“小さな達成感”を得ることを心掛けよう！
  - ★人生100歳時代を前向きな気持ちで明るく、元気に！
  - ★「もう年だから」は禁句！ 年齢で生きてはいけない！  
「人は何歳になっても変わり続けることができる」
- 5回の講座で具体的な活動事例を紹介しながら、皆様と一緒に考えていきたいと思います。

金子 良憲

北九州エンジョイント事業(八幡西区・かがやき塾委員) 元北九州市男女共同参画審議会市民委員(5期)  
元九州大学農学部非常勤講師  
民間企業を退職後、いろいろ失敗しながら、地域活動を学んでいます。

回数	月日	テーマ・内容	担当講師
1	5/28 (水)	<b>幸運な人と不運な人とを隔てるものは何か！</b> ～“利己的”ではなく“利他的”な行動を心掛けよう～ ★利他的(他の人から感謝される“おせっかい”)な行動事例を紹介します。 ★“利他的”な行動を続けるには健康寿命の延伸が必要。	ESD推進いきいきシニア塾 会長 金子 良憲
2	6/4 (水)	<b>健康寿命全国 NO1・山梨県に学ぶ！</b> ～ひまわり文庫を更に活用しよう～ ★山梨県は全国で一番図書館が多く、図書館司書が完全に配置されています。 ★子どもの頃からの読書の習慣化は、好奇心を持ち続けることにつながり、認知症予防にも極めて効果的です。	金子 良憲  北九州市立中央図書館 館長 神野 洋一
3	6/11 (水)	<b>幸福度全国 NO1・福井県に学ぶ！</b> ～地域の教育力を発揮しよう～ ★福井県は今も三世代同居が多く、ジイジ・バアバの存在感が高いそうです。 ★校区に住む子どもたちの支援や高齢者の孤独・孤立防止活動に積極的に参加しましょう！	金子 良憲  熊西市民センター 館長 中島 浩史
4	6/18 (水)	<b>「国際交流」「多文化共生」への理解を深めよう！</b> ～地域活動で出来る事がたくさんあります～ ★コロナ禍後、北九州市に在住する外国人、インバウンド(訪日外国人旅行者)が急増中！ ★地域での身近な活動で交流を深めましょう！	金子 良憲  NPO法人和楽啓明 理事長 東島 啓子
5	6/25 (水)	<b>悲鳴をあげている地球環境</b> ～もっと、もっと、もったいないを習慣化しよう！～ ★地球温暖化に歯止めがかからず、悪化の一途をたどっています。 ★市民としてできる事を再度確認し、具体的な“もったいない行動”を実践しましょう。	金子 良憲  筒井市民センター 館長 長谷川 香子