

楽しい講演と演芸

第208回

シニア大楽 公開講座

①

「心の時代と
メンタルヘルス」



(有)ミック研究所 代表
佐藤 茂則 氏

②

「老いにあらがう
アクティブな毎日を」
～詩吟はばあちゃんの元気な源～

日本詩吟学院岳風会 詩吟準師範
佐藤 美由紀 氏

③

「シニアのための
滑舌と音読講座」



元 NHK アナウンサー
浅見 忠司 氏

④

演芸
「紙芝居」



紙芝居芸人
せんべい 氏

日 時 2026年**9月1日(火)**13:30～16:30 [開場13時]

場 所 **飯田橋 東京ボランティア・市民活動センター 10階 会議室**

東京都新宿区神楽河岸1-1 セントラルプラザ 10階
<最寄り駅> JR 中央線「飯田橋」西口を出て右へ。橋を渡り右側。(駅の真上の セントラルプラザ
地下鉄有楽町線・東西線・南北線・大江戸線「飯田橋」駅 B2b 出口より
徒歩1分(駅の真上の セントラルプラザ、低層階用エレベーターで10階へ)

参加費 **1,000円** <当日 会場受付でお支払いください>

参加方法 (定員80名) 事前予約制です。

申し込みは、この URL <https://100nen-navi.metro.tokyo.lg.jp/organization/detail/7>
または、右の QR コードから



主 催 **NPO法人シニア大楽「公開講座」事務局**

〒101-0021 東京都千代田区外神田 2-1-11 松住ビル2階

FAX:042-331-0786

Eメール: sugiryo8104@gmail.com

第208回シニア大楽公開講座参加申込票 9/1(火)<ご記入のうえ FAX または郵送ください>

ふりがな		連絡先(住所・電話・FAX・Eメールなど)
氏 名		〒
Eメール		