

# アフターファイブ・サロン

「木曜夜話」

18:30~20:10

★無料講座  
★予約不要  
★先着順自由席

第一回 歴史

5月29日(木)

場所：土浦市亀城7°ラガ  
講師：千葉 隆司  
(筑波学院大学非常勤講師)

茨城県出身の新撰組隊士—幕末を駆け抜けた郷土の志士—

「新撰組」の中には、茨城県出身で活躍した隊士が複数います。中でも初代局長「芹澤鴨」、参謀「伊東甲子太郎」は代表的な人物です。平成26年は、伊東甲子太郎が新撰組へ入隊して150年となる記念の年です。是非この機会に茨城県出身新撰組隊士を学んでみましょう。

第二回 健康

6月19日(木)

場所：つくば市アール  
講師：斎藤 善久  
(獨協大学 講師)

五感を楽しむヒント

「物忘れ」や「体の衰え」は自覚できますが、「五感」が鈍くなったことはなかなか気が付きにくいものです。体も心も癒やされていると感じられる日々を過ごすには「五感」がいまいきま磨かれていることが大切です。まあ、あなたも「五感」が乾かないように日々の水やりをお忘れなく。

第三回 健康

7月3日(木)

場所：取手市役所藤代庁舎  
講師：田中 武  
(青山神宮外苑歯科医院院長)

“かみ合わせ”と体の不調

“かみ合わせ”の不調で、O(オ)脚になったり、腰痛が起きたりすることもあります。また“うつ症状”が起きることもあります。今回は、“かみ合わせ”の異常による、症状やその因果関係と治療法等を解説したいと思います。顎関節症に悩む方も、是非ご参加ください。

第四回 文化

8月7日(木)

場所：取手市役所藤代庁舎  
講師：柴沼 秀篤  
(柴沼醤油販売(株)取締役営業本部長)

お醤油って素晴らしい

関東三大醸造地として栄え、歴史ある土浦の醤油。美味しい醤油について、醤油の今と昔と未来、老舗醤油屋奮闘記など、盛りだくさんのお話をお楽しみください。

第五回 健康

9月11日(木)

場所：牛久市ICカード生涯学習センター  
講師：福島 洋一  
(株式会社ウェルネスコミュニケーション)

朝の栄養と時間栄養学

朝ご飯は大切です。でもいったいなせ？朝の栄養と脳の働きから生活習慣病との関係まで、注目の時間栄養学の考えも交えながらわかりやすくお話しします。またコーヒーと健康の最新情報もお届けします。

お問合せ先・会場地図は裏面に記載→

5/29(木)

会場：土浦市亀城プラザ

(土浦市中央二丁目 16-4/029-824-3121)



- キラバス (市役所循環 B 2 左回り)
  - ※ 土浦駅西口1番乗り場
  - 土浦駅西口 (発 17:30)
  - 亀城公園前 (着 17:36)
- 関東鉄道バス ※土浦駅西口4.5.6番乗り場
  - 上津駅西口→亀城公園前 (亀城公園前行きは3~7分おきに各バス停から出ています。ただし、千東号経由は行かないのでご注意ください)
  - ※ JR 常磐線土浦駅西口から徒歩約15分
  - ※ お車でお越しの場合は隣接する地下駐車場をご利用ください。

6/19(木)

会場：つくば市 アルスホール

(つくば市美妻 2-8/029-856-4311)



- 関東鉄道バス (筑波大学中央行き・つくば駅行き)
  - ※ 土浦駅西口2番乗り場
  - 土浦駅西口 (発 17:30)
  - つくばセンター (着 17:53)
- 関東鉄道バス (筑波大学中央行き・つくば駅行き)
  - ※ ひたち野うしく駅東口1番乗り場
  - ひたち野うしく駅東口 (発 17:30)
  - つくばセンター (着 18:07)
  - ※ お車でお越しの場合は近隣の有料駐車場をご利用ください。

7/3(木)・8/7(木)

会場：取手市役所藤代庁舎

(取手市藤代700番地/0297-74-2141)



- ※ JR 常磐線藤代駅北口から徒歩約10分
- ※ お車でお越しの場合は庁舎の駐車場をご利用ください。

9/11(木)

会場：牛久市Iロード  
生涯学習センター

(牛久市牛久町 280/牛久駅西口駅前Iロード 牛久4階/029-874-3131)



- ※ 片側線牛久駅西口から徒歩約3分
- ※ ペDESTリアンデッキからイズミヤ牛久店2階エスカードプラザ前エレベーターに乗り4階
- ※ お車でお越しの場合は近隣の有料駐車場をご利用ください。

お問合せ

NPO法人ひと・まちなつとわーく

茨城県県南生涯学習センター

〒300-0036 茨城県土浦市大和町9番3号 ウララ3ビル7階

TEL. 029-826-1101(代)

FAX. 029-826-1728

ホームページ: [http://www.kannan.gakusyu\\_bk.ed.jp/](http://www.kannan.gakusyu_bk.ed.jp/)