

# 学生900人「積極的に活動」

## 葵区 高齢者 新たな学びへ

### みのり大学開講式

静岡市は8日、高齢者向け生涯学習講座「みのり大学」の本年度合同開講式を同市葵区で開いた。葵、駿河区の学生約900人が新たな学びへの期待に胸を膨らませた。

みのり大学の本年度合同開講式で抱負を述べる榊原さん(右)＝静岡市民文化会館

2年ぶりの開催で、式はオンライン形式を併用。会場には約180人が集まった。城内学級の榊原教夫学級長が「大変な昨今だが、みのり大学生一同、積極的に活動したい」と代表で抱負を述べた。

記念講演では、浜松医科大学の高田明和名誉教授が「幸いな人生を送るために脳と心を癒やすヒントを解説した。」

高田名誉教授は、脳

細胞は大人になると減る一方だと思われてきたが、記憶の入り口である「海馬」の細胞は孤立を避けたり適度に運動したりすることで増え、と説明。暗い思いをすると脳にも悪影響を及ぼすとし、「辛いことも必ず終わる日がくる。この言葉を知っていれば元気がでるのでは」と前向きに生きる大切さを訴えた。



みのり大学は高齢者が学びや仲間づくりを通じて人生を豊かにする連続講座。歴史や防災など幅広い分野を学ぶ。各学級ごとに輪投げ大会や文化展を開催するなどサークル活動も盛んに行っている。(社会部・崎山美穂)