

後期生募集中

絵本読み聞かせ講座

絵本の読み聞かせの基礎を学び、実践的な発表を行います。
知的活動と社会参加を通して認知症の予防を目的とする講座です。
また、基本講座終了後には自主グループでの活動を目指した
フォローアップ講座も行います。



日 時



基本講座(全12回)

令和7年9月26日～12月12日(毎週金曜日) 午後2時～4時



健康調査(全2回) ※1

【第1回】令和7年 8月29日(金曜日)

【第2回】令和7年12月19日(金曜日)

午前9時30分～午後3時30分のうち希望する時間帯
(1時間程度)



フォローアップ講座(全3回) ※2

令和8年1月16日・23日・30日(金曜日) 午後2時～4時

場 所

北品川ゆうゆうプラザ(北品川1-29-12)



対 象

区内に住民登録がある、65歳以上の方20人(抽選)

申 込

8月1日(金)までに東京都健康長寿医療センター
品川区絵本読み聞かせ講座事務局へ電話

TEL:080-4862-7270 (午前10時～午後5時)

※1 基本講座の前後に健康チェックを実施することで認知機能への効果を測定します。

※2 地域での自主グループでの活動に向けたフォローアップ講座を実施します。



講座の内容

この講座は、健康づくりや脳の活性化を目的として、絵本読み聞かせ技術を習得し、自主グループとして地域で活動していくことを目指す内容です。

また、絵本の読み聞かせを通して仲間をつくることで、楽しんで活動をしていくことができます。

講座の主な内容は下記のとおりです。

基本講座

シニアの絵本読み聞かせの意義

絵本と子どもの今を知る

読み聞かせに必要な体づくり
(柔軟体操から呼吸法、発声と滑舌)

読み聞かせの技術・実演
(読解と表現、文章理解と感情移入)

グループ発表会の準備、実演

健康調査

講座を受けた効果を測るための
認知・心理・生活機能調査

フォローアップ講座

自主活動グループ化を見据えた
今後の活動の仕方について



実施会場へのアクセス

北品川ゆうゆうプラザ

北品川1-29-12

- ・京浜急行線 北品川駅 徒歩6分
- ・京急バス(品94)大井町駅東口2番のりば
「北品川」下車徒歩5分



問合せ

品川区高齢者地域支援課 認知症施策推進係

TEL:03-5742-6802 FAX:03-5742-6882

申込

東京都健康長寿医療センター絵本読み聞かせ講座事務局

TEL:080-4862-7270