

一緒に♪元気に♪団塊世代

～男の居場所作り～



団塊・シニア世代の男性の集まれる場所をつくりませんか？
ひとりでは、なかなかできないことも、仲間と一緒になら何かできるかも♪
楽しく学び、そこから一緒に何かをはじめませんか？

日程	内容	講師
① 2月24日(金) 13:30～15:30	健康づくり講座 「いきいきシニア体操」(実技)	健康運動指導士 岡野 佳代子 氏
② 3月 3日(金) 13:30～15:30	ボランティア活動について 認知症サポーター養成講座	中央区社会福祉協議会
③ 3月10日(金) 13:30～15:30	まち歩きウォーキング 「中央区の歴史を訪ねて」	年中夢求隊
④ 3月24日(金) 13:30～15:30	企業の社会貢献活動について コーヒー教室 (CFK 出前講座) 「簡単・おいしいコーヒーの淹れ方・楽しみ方！」 年中夢求隊の活動について	中央区フィランソロピー 懇談会(CFK) 年中夢求隊

対 象 概ね60歳以上の男性、4回の講座に出席できる人(応相談)
講座終了後 全4回講座終了後も、引きつづき交流会をしていきます
締 切 り 2月22日(水)
定 員 20名(先着順)
参 加 費 無料



休憩時間に
コーヒーサービスあり



場 所 中央区社会福祉協議会 ふれあいセンターもも
①・②・④(中央区上本町西2-5-25)

主 催 ねんじゅうむきゅうたい
年中夢求隊(男性ボランティアグループ)

協 力 中央区ボランティアビューロー
中央区フィランソロピー懇談会(CFK)

申込み・問合せ 中央区ボランティアビューロー(担当:水戸)
電話:6763-8139 FAX:6763-8151

