

60歳以上の男性限定！

輝くオトコの生き方講座

本講座では、日常生活で欠かすことのできない整理整頓と料理について
学び、自立した生活を目指していきます！
日常生活に役立つ技能と知識を身につけましょう！

① 平成28年1月22日(金) 午前10時～正午

オトコも家事を楽しもう！～整理整頓のキホン～

講師：整理収納コンサルタント 笹田奈美子氏

② 平成28年1月29日(金) 午前9時30分～正午

冷蔵庫の残り物でできるパパッと料理教室

～片付けまでキッチリと～

講師：赤穂市いずみ会

場 所：赤穂市総合福祉会館

対 象：60歳以上の男性

定 員：15名（応募多数の場合は抽選）

受 講 料：500円（材料代・保険料として）

注意事項：2回とも参加できる方を優先します。

アレルギーのある方は事前に申し出てください。

申込締切：平成28年1月15日（金）



お問い合わせ・お申し込みはこちら！

赤穂市ボランティアセンター 赤穂市中広 267 番地
TEL 842 - 1397