

# 男性限定！

## 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？

### 《プログラム》

日程	内容	場所
① 2月20日(金) 8時30分～17時	「工場見学及び公園散策」	(株)ヤクルト兵庫三木工場 兵庫県立三木山森林公園 (送迎バスあり) 【集合場所】 大阪府中央区社会福祉協議会 ふれあいセンターもも
② 2月27日(金) 13時30分～15時30分	「認知症サポーター養成講座」	大阪府中央区社会福祉協議会 ふれあいセンターもも
③ 3月6日(金) 13時30分～15時30分	「ウォーキングの基礎知識」 中央屋内プール 健康運動実践指導者 講師 北中 友紀子 氏	大阪府中央区社会福祉協議会 ふれあいセンターもも
④ 3月13日(金) 13時30分～15時30分	「象印まほうびん記念館見学」と ウォーキング「中之島公園」	「まほうびん記念館」 (大阪府北区天満 1-20-5) 【集合場所】 大阪府中央区社会福祉協議会 ふれあいセンターもも

- 【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
- 【定員】** 20名(先着順)
- 【申込締切】** 定員になり次第締切り
- 【受講料】** 無料(但し、交通費、食事代は実費)
- 【主催】** 中央区ボランティアビューロー、中央区東老人福祉センター、  
中央区南老人福祉センター



申込・問合せ 大阪府中央区社会福祉協議会 中央区ボランティアビューロー  
(電話)6763-8139 (FAX)6763-8151 (担当)宮脇

