

元気で人の役に立つ!

カッコいい人生の極意を伝授

男による 男のための 地域デビュー 応援講座



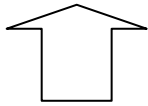
職を辞した後、企業社会から地域社会への意識の切り替えが必要です。
この講座は地域デビューで悩んだ経験のある同年代の男性グループが企画しました。「地域デビュー」についてともに考え、生涯学習、友人づくり、生きがいづくり、地域社会活性化など、残りの20年、10万時間を元気でいきいきと有意義に生き抜くヒントを知るための講座です。

9月28日(水)~10月26日(水) 毎週水曜日 19時~21時

🍴 最終回は🍴 調理実習です 11月3日(祝・木) 14時~19時30分

- 会場：大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」ほか
- 対象：概ね50歳以上の男性 ■定員：抽選で25人 ■参加費：1,000円（調理材料費）
- 申込締切：9月15日（木）必着（申し込み方法は裏面をご覧ください）

回	日時	テーマ・内容
1	9月28日(水) 午後7時~9時	オリエンテーション ~会話力を鍛える自己紹介方法~
2	10月5日(水) 午後7時~9時	いつでも、どこでも簡単にできる健康体操
3	10月12日(水) 午後7時~9時	体験者による「俺たちの介護体験談」
4	10月19日(水) 午後7時~9時	課題解決のコミュニケーション① ~妻、家族ともっといい関係づくりのために~
5	10月26日(水) 午後7時~9時	課題解決のコミュニケーション② ~元気で人の役に立つ生きがい探し、楽しみを見つけ方~
6	11月3日(祝・木) 午後2時~7時30分	🍴 プロから学ぶ、こだわりの家庭料理教室 🍴



FAX送信票 FAX番号03-5764-0604

「男のための地域デビュー応援講座」に申し込みます。

(ふりがな) 名前		年齢	才
住所	〒		
連絡先(電話・ FAX・E-mail)			

■自慢の講師陣

毎年受講生から好評のスポーツトレーナー櫻井優司^{さん}、コミュニケーションや生きがい探しの達人小林昭文^{さん}(NPO法人日本アクションラーニング協会シニアコーチ)ほか評判の講師をお招きしています。

■会場

〒143-0016 大田区大森北4-16-4

大田区男女平等推進センター「エセナおおた」1階 会議室 (JR大森駅から徒歩8分)

*ただし6回目の調理実習のみ「池上会館」で行ないます。

■申し込み方法

FAX、E-mailまたは**往復ハガキ**に

- ① 講座名「男の地域デビュー応援講座」
- ② 〒住所 ③ 名前(ふりがな) ④ 年齢
- ⑤ 電話番号 をご記入のうえお申し込みください。

*申込後に必ずこちらから返信をします。申込後3日を過ぎて
も返信がない場合は必ず電話でお問合せください。

*個人情報は講座目的と今後の講座案内以外には使用しません。

■申し込み締切 9月15日(木)必着

■申し込み先・問合せ先

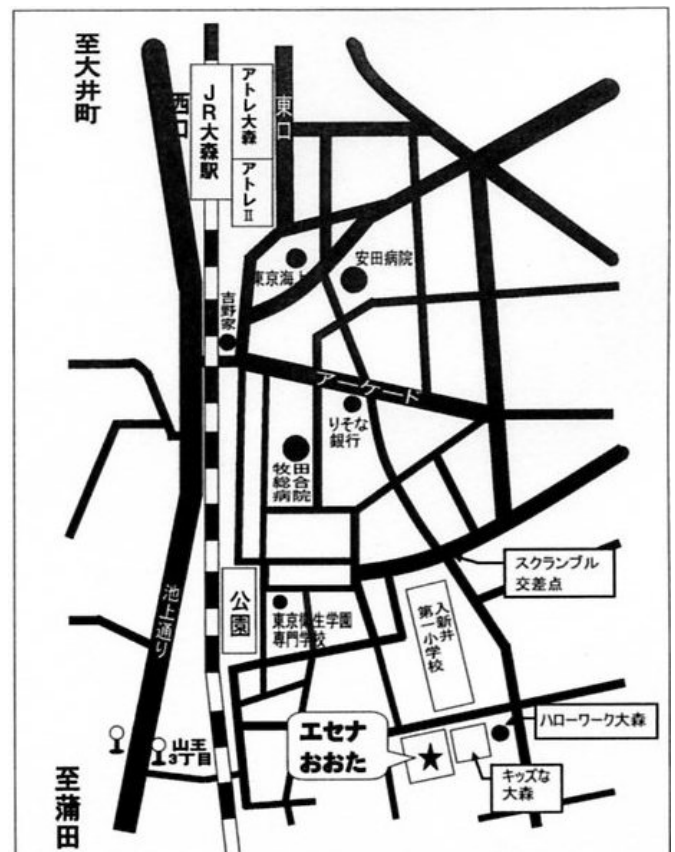
大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」

〒143-0016 大田区大森北4-16-4

TEL: 03-3766-4586

FAX: 03-5764-0604

E-Mail: escena@escenaota.jp



JR大森駅より徒歩8分「キッズな大森」の隣です。