

これからの暮らしに役立つ何かが見つかる！ 生き方・暮らし方講座

これまでとは違った新しい発想で、自分のこと、家族のこと、地域のこと、ちょっと真剣に考えてみませんか。
自分をもっと大切にする生き方、暮らし方のヒントがいっぱいの講座です。

1つでも全部でも
好きな講座を
お選びください。

◆プログラム

	日時	テーマ	講師
第1回	10月24日(水) 13:30～15:30	家庭で役立つやさしい介護 ～介護技術入門～	古沢 さん (日赤茨城県支部家庭 看護法指導員)
第2回	11月5日(月) 13:30～15:30	自分の夢を追い続けて ～地震と深海掘削計画～	木戸ゆかりさん (海洋研究開発機構地球内部 変動研究センター研究員)
第3回	11月14日(水) 13:30～15:30	ひとりでがんばらない子育て のすすめ	『たぬき先生』こと 毛利 ^{たぬき} 来さん (小児科毛利医院院長)
第4回	11月21日(水) 13:30～16:30	後半人生の楽しみ方 ～これからは面白い 第二の人生～	吉田清彦さん (フリーライター・ 調理師)
第5回	12月1日(土) 13:30～15:30	環境にやさしく、家計にやさしい 節約生活術	さん (ファイナンシャル プランナー)

●対象者：市内在住・在勤の方ならどなたでも

●募集定員：各30名

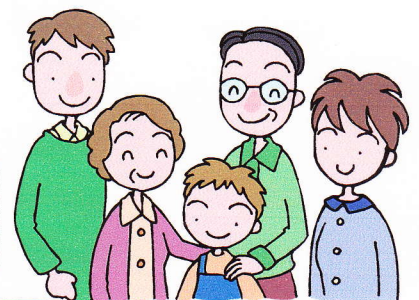
(申し込みが多い場合は抽選といたします)

●会場：牛久市役所内会議室

●お申し込みは9月末日までに

参加費：無料

★託児あります★



はがき、FAX、Eメールにて牛久市男女共同参画推進室まで

〒300-1292 牛久市中央3-15-1 牛久市役所市民活動課内

FAX：873-2512 Eメール：shimin@city.ushiku.ibaraki.jp

(住所、氏名、年齢、電話番号、託児の有無をお知らせください)