

2023



おれの“おやし塾”

～地域で家でいきいきおやしに!～



おやしが変われば地域が変わる

おやし塾 1 番人気 料理教室、健康体操、苔玉づくり。3 回開催します。おやさんの参加をお待ちしています!!

3つのテーマの中から好きな講座に多数ご参加ください!

講座の詳細は裏面へ

1	料理教室	10/21 (土) おやしの料理
2	健康教室	11/22 (水) おやしの健康 身体づくり
3	癒しのインテリアづくり	12/12 (火) おやしの苔玉づくり

参加対象は、昭和区と周辺の区に在住・在勤の男性です。

(先着順といたしますので、お早めどうぞ!)

(駐車場はありません、公共交通機関でどうぞ)

※新型コロナの為、講座内容が変更・中止になる時があります

主催:昭和区ボランティア連絡協議会 ・ 昭和区社会福祉協議会

<お問い合わせ・お申込み>

昭和区社会福祉協議会(昭和区ボランティア連絡協議会事務局)

電話 884-5511 FAX 883-2231

住所 名古屋市昭和区御器所 3-18-1 E-mail: fukushi@showaku-shakyo.jp

「おれの“おやし塾”」プログラム一覧

	日 時	内 容	場 所
1	10月21日(土) 11:00~12:30	「おやじの料理&親睦会」 講師 管理栄養士 玉腰 明子氏 「定員」20人 【参加費】 500円	昭和区社会福祉協議会 2階 調理室
2	11月22日(水) 10:00~11:30	「おやじの健康、身体づくり」 講師 かわな病院リハビリテーション科 理学療法士 木田 康之氏 昭和区保健センター 保健師 松田 康子氏 「定員」30人	昭和区社会福祉協議会 2階 研修室
3	12月12日(火) 10:00~11:30	癒しのインテリア 「苔玉づくり」 講師 グリーンアドバイザー 大島 紀子氏 「定員」25人 {参加費} 500円	昭和区社会福祉協議会 2階 研修室

