

生活充実講座 セカンドライフにむけての ワークショップ（参加体験型）

自分が満足する生活って何でしょう？

3日分資料代

500円

当日、集金します

【日時】

2025年

4月9日・16日・23日（水）13:30～15:00

全3回の連続講座です。

【会場】

サン・シープラザ 会議室

【対象】

シニア世代（おおむね60歳以上の方） 定員 6名
最少催行人員3名

わたしーと※を使い過去・現在の活動を振り返り、人
とつながりながら自分らしくこれからの生活をデザイン
しましょう♪

※ わたしーと:してきたこと、していること、したいことを一覧できるシート

これまで
してきたこと



これから
したいこと



作業療法士
ごあみ なるこ
其阿弥 成子

申し込みは、電話、メール、QRコードで受け付けています。

お申込み
締切
4月4日（金）

主催

「生活充実講座」を地域に広める会～みちみち～

後援

三原市 ・ 三原市教育委員会

TEL

070-5559-5026（担当:下村）

MAIL

info@manmodelmarketing.com



←講座の申込みは
こちらからも。

～みちみち～について
知りたい方はこちら⇒



裏面にも関係
情報があります