

生活充実講座

今の自分から将来にむけての ワークショップ（参加体験型 ）

2026年の計画を一緒に作りませんか？

資料代

500円

当日、集金します

ただし、大学生以下無料

【日時】

2026年

1月31日（土） 9:30～12:30

【会場】

サン・シープラザ 3階第1会議室

駐車場はサンシープラザ5階、クラフトパーキング（2階以上）のみ2時間減免できます。

【対象】

どなたでも 定員 20名（最少催行人員4名）

「わたしーと」※に
これまでしてきたこと振り返り、記入します。
そこには自分が満足する活動のヒントがあり
ます。今後の生活をデザインしてみましょう。

※ 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

自分だけの
オリジナル
のシートが
出来ます



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
1月24日（土）

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・三原商工会議所

TEL

070-5559-5026（担当：下村）

MAIL

info@manmodelmarketing.com

裏面にも関係情報
があります



←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⇒



「生活充実講座」は年3回、春・秋・冬に開催します



※「生活充実講座」は県立広島大学 作業療法士 高木雅之先生が考案された講座です