

— 人生100年時代 —

生きがいつくり講座

人生100年時代を迎え、心身ともに健康で生き生きと生きがいを持って暮らすことを目指し、昨年に引き続き「生きがいつくり全3講座」を開催します。お気軽にご参加ください！

参加賞
あります！

第1回	2月14日(火) 10:00~11:30 「食は心身を養う根本」 おおしま こうじ 講師 大島 功次 氏 (株式会社 芝寿し 勤務)
第2回	2月17日(金) 10:00~11:30 歴史探訪「金沢ひがし茶屋街に まつわるお話」 たにくち かずお 講師 谷口 和男 氏 (石川県生涯学習センター講師の会) 金沢市観光ガイド まいどさん
第3回	2月28日(火) 10:00~11:30 「香りのお話&を自分だけの香り作り」 きゅうの こうこ 講師 及能 紅子 氏 (日本アロマ環境協会認定 アロマイストラクター)

協力 石川健康生きがいつくりアドバイザー協議会
会場 林中公民館 多目的ホール
定員 各講座 約20名
申込み 林中公民館 TEL 276-1291
締切り 各講座 1週間前まで

★マスク着用、手指消毒、検温など感染対策をお願いします。