

身体を動かすことが好きな方、
生涯学習センター講師に興味のある方へ！

『スキル活用講座』

運動でつながる
～スキルを活かそう！～
全4回

5月

19

水曜日

10:00
～
11:30

第1回

資格を活かして何が出来るか自分の中の整理整頓や棚卸し♪と目標設定。

6月

2

水曜日

10:00
～
11:30

第2回

目標に向けて具体的に何をするのか？行動に移すための具体化の作業。

6月

16

水曜日

10:00
～
11:30

第3回

企画書の書き方をレクチャー。「企画書」を作成し、やりたい事を具体化。

6月

30

水曜日

10:00
～
11:30

第4回

ウーマン・ラボの温活講座、運動担当の講師による体験講座。

場所：健康文化交流館「来・て・こ」3階 303活動室・ホール

対象：運動指導に興味のある方10人

会費：無料

申込み方法：Web申込み 5/8（土）締切 多数抽選

これからの未来のために、運動を通じて「まちづくり」に貢献してみませんか？
当センターの温活講座などで活躍している、「ウーマン・ラボ」の代表を講師に迎えます。



3 すべての人に
健康と福祉を

