

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！

# 運動でつながる 【スキル】を活かそう！

全5回

5月  
24  
水曜日  
10:00  
～  
11:30

6月  
7  
水曜日  
10:00  
～  
11:30

6月  
21  
水曜日  
10:00  
～  
11:30

7月  
5  
水曜日  
10:00  
～  
11:30

7月  
12  
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。

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。

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。

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。

第5回  
実際に講師として実践講座を開催。

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8人

会費：無料

申込み方法：Web 申込み 5/7（日）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？自身のやりたいこと、できる事を再確認しましょう。

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」を講師に迎えます。



3 すべての人に健康と福祉を



静岡市健康文化交流館「来・て・こ」（駿河生涯学習センター）

〒422-8021 静岡市駿河区小鹿2丁目25-45

☎ 054-202-4300

静岡市生涯学習センターホームページ <https://sgc.shizuokacity.jp/>

