

メンズ・カレッジ～en～

— 男の居場所探し講座 —

定年を迎えた男性、またこれから定年を迎えようとする男性が、退職後に地域で自分らしく生きていくためのきっかけづくりとして、下記のとおりメンズ・カレッジ～en～を計画いたしました。

1 回のみでの参加もできますので、お気軽にお申込みください。

男性シニアのイメージ



年間カリキュラム(予定)

回	日程・場所	内 容	参加費・定員
1	6月22日(金) 14:00～16:00 富士里支館	健康講座 「いつまでも若々しく過ごすために」 講師：信越病院副院長 田中荘一先生 栄養講座「シニアのための健康栄養講座」 講師：信濃町役場栄養士 藤本さおりさん	200円 (コーヒー代)
2	7月26日(木) 9:00～12:30 地域交流施設	料理教室 ※メニューは現在調整中	500円 定員：20名
3	8月28日(火) 9:30～12:30 琵琶島宇賀神社	歴史散歩 野尻湖琵琶島宇賀神社散策 講師：宇賀神社宮川宮司	1,100円 (乗船料)
4	9月13日(木) 10:00～12:00 野尻湖・池尻川・関川	冬の野尻湖の水、どこへ？(発電所見学) 講師：東北電力高田技術センター	無料
5	10月11日(木) 9:00～12:00 ふれあい広場	スポーツの秋 マレットゴルフで運動不足解消！ 講師：信濃町マレットゴルフ協会	無料 定員：20名
6	11月22日(木) 11:30～13:30 信濃小中学校	今どき！信濃小中学校体験 学校見学と給食を楽しみましょう	300円 (給食代) 定員：20名
7	12月13日(木) 調整中	お楽しみの！親睦交流会(忘年会)	調整中

対象

町内在住のおおむね 50 歳以上の男性

※内容によって定員を設けているものがあります。

各回とも申込先着順で定員になり次第締め切らせていただきます。

申込

◆受付開始 各開催日の 1 ヶ月前から

◆締切り 各開催日の 2 週間前まで

◆申込先 TEL 026 (255) 5926

受付時間 月から金曜日（祝祭日を除く）

午前 8 時 30 分から午後 5 時 15 分

※年間を通じてのお申込みはお受けできませんのでご了承ください。

〈修了生の声〉

- ・新しい仲間が増えた
- ・男性向けの講座で良かった
- ・地域活動などの新しい活動にも参加できた
など



◎主催・問合せ先

社会福祉法人 信濃町社会福祉協議会

〒389-1305 信濃町大字柏原 429-17

電話 026-255-5926 FAX 026-255-6242 E-mail welfare@arion.ocn.ne.jp

担当：佐藤

※いただいた個人情報については、本セミナーの申し込み受付、および本会主催の講座案内以外に使用したり、第三者に提供することはありません。