

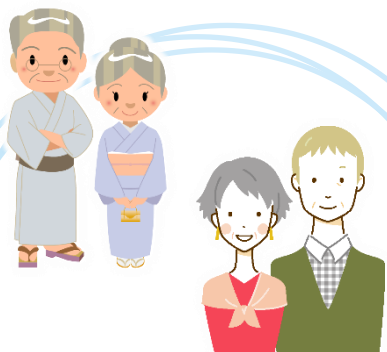
幕別町百年記念ホールは「生きがいつくり」と「社会参加」を応援します！

令和3年度幕別町百年記念ホール生涯学習講座

# みんなで学ぼう！ 町民カレッジ



道民カレッジ  
連携講座



## ファッション

色の使い方 / 着物の魅力



## 教養

生きがいつくり

/ 認知症対策など



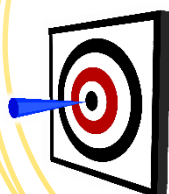
## コミュニケーション

人付き合い / 終活カフェ



## 健康

料理 / 健康吹矢  
カーリング



5つの分野  
から見つける



# 人生を 楽しむ ヒント

## カルチャー

実用筆ペン / 七宝焼

美術鑑賞



日程 **5月7日～10月15日** (金曜日) 10:00～12:00 全12回

詳しい日程は裏面をご覧ください。一部13:00まで。

会場 百年記念ホール 学習室2ほか 定員 20人 (町民優先、申込多数時は抽選)

受講料 4,000円 (12回分) ※単発受講は1回500円  
材料費、観覧料、傷害保険料などの費用がかかります。詳細は裏面をご覧ください。

持ち物 受講決定時にお知らせします。

申込み **4/30** (金) まで 電話、窓口、インターネットまたはFAXでお申込みください。  
FAXの場合は氏名(ふりがな)、性別、年齢、住所、電話番号  
あればFAX番号を記入して送信  
抽選結果は5/1(土)以降にお知らせします。

主催・お問合せ 幕別町百年記念ホール (幕別町千住180-1) 担当 三石、酒森

電話 0155-**56-8600** FAX 0155-56-8602 メール info@m100.jp



# 「5つの分野から見つける人生を楽しむヒント」

第1回 5月7日(金) 10:00~12:00

## 人付き合いを楽しむコツ

北海道教育庁十勝教育局教育支援課  
社会教育指導班主査 **田尾 和祐** 氏



第2回 5月21日(金) 10:00~12:00

## 健康吹矢体験



日本吹矢レクリエーション協会  
公認指導者 **細川 善正** 氏

第3回 6月4日(金) 10:00~13:00  
**野菜たっぷりのランチクッキング**

★材料費 500 円

幕別町保健課健康推進係主査 **森山 景子** 氏  
忠類総合支所保健福祉課保健係主査 **水谷 容子** 氏

第4回 6月18日(金) 10:00~12:00  
**定年後の生きがいとつながりづくり**

拓北あいの里ケア施設町内会事務局長

札幌市まちセンアドバイザー

**長谷川 聡** 氏

Zoomを使い札幌から  
遠隔で講義してもらいます

第5回 7月2日(金) 10:00~12:00

## ファッションに役立つ色の使い方

カラーコーディネーターオフィスアイリー  
Color Style プロデューサー **伊藤 アイリ** 氏

第6回 7月16日(金) 10:00~13:00

## [バス見学]だれでもできる カーリングでゲーム体験

★体験料 1,500 円 (全日程申込で 1,000 円)  
カールプレックスおびひろ カーリングホール

第7回 7月30日(金) 10:00~12:00

## もっと知りたい着物の魅力

京都きもの学院 宮本教室/着付けサークル結び  
代表 **宮本 真由美** 氏

第8回 8月20日(金) 10:00~12:00

## 終活カフェ ~もしバナゲームをやってみよう~

一般社団法人とかちシニアサポート協会  
副理事 **竹田 美智子** 氏、理事 **喜多 早苗** 氏

第9回 8月27日(金) 10:00~13:00

## [バス見学]美術鑑賞のすゝめ

★観覧料 860 円 (65 歳以上は 650 円)



北海道立帯広美術館



第10回 9月10日(金) 10:00~12:00

## 冠婚葬祭実用筆ペン

札内西町教室  
主宰 **成田 裕美** 氏



第11回 9月24日(金) 10:00~12:00

## 七宝焼制作体験

★材料費 650 円

北海道立青少年体験活動支援施設  
ネイパル足寄スタッフ



第12回 10月15日(金) 10:00~12:00

①自分と身近な人の認知症に備える  
幕別町保健課高齢者支援係

②講座のまとめ (進行: 講座担当)