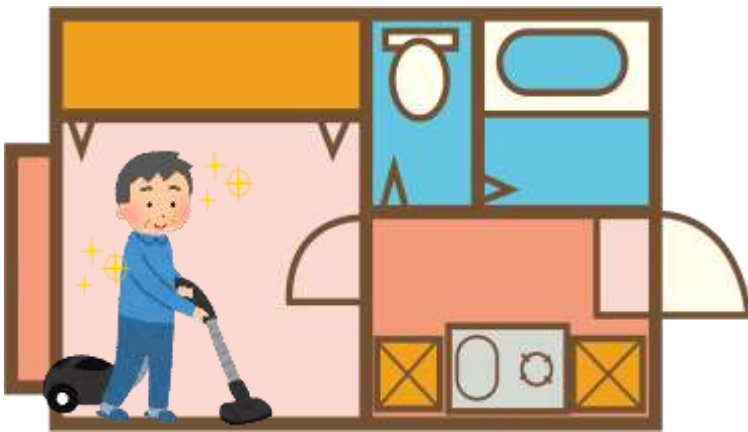


第2回いきがい応援セミナー

実は男性の方が**掃除**上手！？
目からうろこ！
楽★ピカお掃除術を学びましょう

シニアライフを豊かにする 家事場の男力！

受講料無料



これからの家事は家族みんなで参加するのが当たり前の時代に突入！？

部屋の見取り図を囲んで、みんなで、どこから・どうやって掃除するのが効率的かを考えましょう。

受講すればあなたも家事男子！
家事力をアップさせて豊かなシニアライフへのパスポートを手に入れましょう。

男性は必聴！女性也大歓迎！パートナーと一緒に参加しませんか？

日時：2019年 **3月16日**（土）
14時～16時（13時30分 受付開始）

場所：フラワータウン市民センター
視聴覚室

対象：三田市内在住の概ね
55歳以上の方ならどなたでも

講師：梶野 智絵 さん
*家事マイスター®



いきがい応援プラザ～HOT～ 電話&FAX 079-559-6800

定員：40人程度（申込者多数の場合は抽選）

申し込み：名前・住所・連絡先・性別を記入し、ハガキ・FAX・Eメール・郵送・
持参のいずれかで「いきがい応援プラザ」へ
締め切り：3月8日（金）必着

問い合わせ・申し込み先：

〒669-1528 三田市駅前町2-1 まちづくり協働センター内

いきがい応援プラザ～HOT～

電話&FAX：559-6800

Eメール：ikigai_ouen@city.sanda.lg.jp

ホームページ：http://www.hot-sanda.com

FAXで申し込む場合は、下記に必要事項をご記入の上、送信してください。

家事場の男力！申込み用紙（FAX送付先 559-6800）	
お名前	
性別(いずれかに○を してください)	男性・女性
ご住所	〒
連絡先	

いきがい応援プラザ～HOT～って何？

三田市が開設している

「シニアのいきがい、やりがい 総合相談窓口」です。
何かしたい！という思いをお持ちのシニアの皆さんに
最初に訪れていただく場所です。
ぜひ窓口にお越しください！

今までに培ってきた能力や趣味を活かして活動したいあなたには「いきがい応援バンク」！
特技を登録して地域へ恩返ししませんか？

まだまだ働きたいあなたには「シニア個別
就職相談」！
就活や自分に合う職種など、じっくり相談
できます。

月1回、「ほっとHOTつながりサ
ロン」も開催中。テーマは毎月変わ
ります。お茶を飲みながら仲間づく
りや楽しい体験をしましょう。