

**募集**

**おもしろい！人生後半が…**

令和3年度

# シニア元気塾

## ボランティア入門講座



八王子センター元気

シニア世代の仲間づくりを支援！！  
地域の居場所・出番をつかむための楽しいセミナー

対象：市内在住の 60 歳以上の方

日程：令和3年9月2日(木)～10月21日(木) (全8回)

毎回午後1時30分～4時00分(原則)

会場：大横保健福祉センター(八王子市大横町 11-35)

東京都立大学(八王子市南大沢1-1)

定員：50名 ※応募者多数の場合は抽選

参加費：無料

応募方法：往復はがき(ひとり1枚)に、「シニア」と氏名・ふりがな  
・郵便番号・住所・年齢・電話番号・返信面の宛名を記入

応募先：八王子センター元気(〒192-0062 八王子市大横町 11-35)

応募締切：令和3年8月20日(金) ※必着

詳細日程・講座内容



あなたのみちも、  
あるけるまち。 八王子

日程	講座内容	会場
9月2日(木)	オリエンテーション・ボランティアとは…	大横保健福祉センター
9月7日(火)	ふれあいづくりの第一歩	同上
9月15日(水)	地域の身の回りにも居場所がある・地域の事例紹介	同上
9月25日(土)	楽しい一日、落語に学ぶ話し方	同上
9月30日(木)	ボランティアを通しての健康づくりと介護予防運動	同上
10月4日(月)	教室を飛び出して楽しみましょう	東京都立大学
10月16日(土)	ボランティア受け入れ施設側の心を知る	大横保健福祉センター
10月21日(木)	グループワーク“今講座で学んだことは”・同期会づくり・卒塾式	同上



【主催】八王子センター元気

[ホームページにアクセス](#)



【お問合せ】

八王子センター元気 (八王子市高齢者活動コーディネートセンター)

住所 八王子市大横町 11-35

電話 042-627-9179(月～金 10時～16時)

八王子市福祉部高齢者いきいき課元気応援担当

電話 042-620-7243

※本事業は八王子市の委託を受けて実施しています。