

退職世代・シニア世代を対象とした・・・



# セカンドライフいきいき講座



～ ボランティア活動を体験しましょう～

ボランティア活動や地域活動など「社会への参加」をセカンドライフの生き方の選択肢の一つとして考えてみましょう。

そのきっかけとして、一緒にボランティア活動を体験してみませんか！  
申込みをお待ちしております。

【受講対象】 秋田市在住の50歳以上の方です。(男性の方、大歓迎します)

【定員】 20名

【参加費】 無料

【申込方法】 2月28日(木)までに、申込先へ電話にてお申し込み下さい。

【申込先】 秋田市社会福祉協議会・秋田市ボランティアセンター

TEL 862-9774 (担当 藤本・加藤)

## 第1回目 車椅子レクダンスを体験してみましょう！！

3月 9日(土) 10:00～12:00

会場:秋田県心身障害者総合福祉センター体育館  
(旭北栄町1-5)

## 第2回目 だまご鍋も堪能！ 大自然の中で異世代交流会！！

3月15日(金) 9:30～13:00

会場:清太郎さんの森 (浜田)

## 第3回目 歴史案内人が高齢者施設でボランティア展開！さてその内容とは？

3月21日(木) 14:00～16:00

会場:秋田市老人福祉センター  
(八橋南一丁目8-2)

## 第4回目 今日からあなたも認知症サポーターの仲間入り！！

～認知症サポーター講習会～

3月28日(木) 14:00～16:00

会場:秋田市老人福祉センター  
(八橋南一丁目8-2)

主 催 秋田市社会福祉協議会