

# [ 女性の集い ] 参加者募集

平成 30 年 2 月 20 日

男性会員の参加も歓迎いたします。

(公社) 西宮市シルバー人材センター  
女性会員代表理事 庄野道子

弥生 3 月、美しい季節になりました。「女性の集い」を今年も下記の様に開催いたします。  
今年「年齢に負けない心の若々しさ、年齢相応のまわりへの優しさ」がテーマです。  
学んで踊って語って歌って楽しい一日をみんなで過ごしましょう！！

日 時 平成 30 年 3 月 18 日 (日)  
午後 1 時 30 分 ~ 4 時 30 分

場 所 西宮市役所 東館 8F 大ホール

会 費 500 円 茶菓代



## I. 講演会 (1:30 ~ 2:30)

講師 岡部記代子 氏 (カウンセラー・夢パワー企画代表)

「シルバーからゴールドへの道を拓く・これから生きる私達に最も大切なもの」

## II. ダンス “楽しくエアロ” (2:45 ~ 3:10)

音楽に合わせてエアロを基本とした体操を  
皆さんと踊りましょう

## III. 小グループでの対話 (3:15 ~ 4:15)

日頃、ご自身の就業に関して感じている事、  
聞いてほしい事、何でも話し合ってみませんか。  
気持ちよくお仕事する事は大切な事です。  
思いを分かち合いましょう。



## IV. ハーモニカ演奏に合わせて楽しく (4:15 ~)

浦富健二氏のハーモニカの演奏に合わせて  
大きな声で歌いましょう！

★ コーヒーコーナーもあります

切り取らず FAX してください 締切 3 月 10 日

申し込みは電話または FAX にて

上記催しに参加します。 地区名 ( ) 会員番号 ( )

氏 名 ( ) 連絡先電話番号 ( )

★ 動作しやすい服装と靴で・・・名札をお忘れなく。

