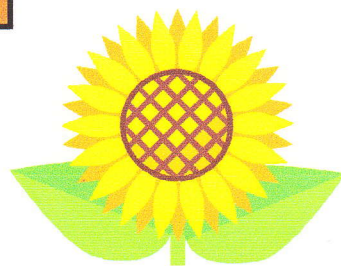


第2期 垂水マスタース・ゼミ

中高年男性の 生きがいと活動の場づくりを
目指して!



ゼミ実施計画書

実施日	テーマ	内容	講師	場所
9月6日(木) 13:30~16:30	第1回目 「最初の第一歩」	・主催者挨拶 全体説明 ・講演「地域とは何か」 ・全員自己紹介 * 写真撮影 持参品; 筆記具	まちづくり サポーター 平田 滋氏	垂水 勤労市民 センター 講習室
9月13日(木) 13:30~16:30	第2回目 「健康づくりのエクササイズ」	・健康テーマの講話 ・簡単なエクササイズ 持参品; タオル、運動靴、筆記具	NPO法人神戸 アスリート タウンクラブ	垂水 勤労市民 センター 多目的ホール
9月27日(木) 13:30~16:30	第3回目 「家族のためにお菓子を作ろう」	・コープにて食材調達 ・調理実習 ⇒ 試食 持参品; 手ふきタオル、三角巾、エプロン	担当; 垂水区社会 福祉協議会	垂水 勤労市民 センター 料理教室
10月4日(木) 13:30~16:30	第4回目 「歴史ウォーク」	・「平 清盛」の歴史を訪ねて! 兵庫区内のウォーク 持参品; 汗ふきタオル、飲料、帽子	歴史クラブ 理事長 豊田 實氏	集合 神鉄・地下 鉄 湊川駅
10月11日(木) 13:30~16:30	第5回目 「垂水研究」 自分たちの 住むまちをもっとよく知ろう	・「垂水研究」垂水地域の説明 ・「ボランティアの勧め」社会福祉協議会 ・「図書案内」垂水図書館 ・グループ討論 持参品; 筆記具	まちづくり課 社会福祉協議会 図書館	垂水 勤労市民 センター 講習室
10月25日(木) 13:30~16:30	第6回目 料理に挑戦! 「魚のさばき方教室」	・調理実習 ⇒ 食事 魚のおろし方 ⇒ 刺身づくり、焼魚、煮魚 持参品; 手ふきタオル、三角巾、エプロン	増田屋 社長 増田健輔氏	垂水 勤労市民 センター 料理教室
11月8日(木) 13:30~16:30	第7回目 「ダーツに挑戦」	・ダーツの歴史、ルール、投げ方説明 ・ダーツの練習とゲーム(グループ戦)	ダーツバー 協会指導員	明石 ダーツバー 集合
11月22日(木) 13:30~16:30	第8回目 「垂水の地域活動紹介」	・区内で活動している様々な地域活動の紹介 ・地域活動の担い手による説明+1期生 ・グループ討議 ・OB会についての説明 持参品; 筆記具	地域活動団体	垂水 勤労市民 センター 講習室
11月29日(木) 13:30~16:30	第9回目 「知っておきたい相続・贈 与・遺言の知識」	・税理士による講演 ・OB会サークル提案会 グループ討論 持参品; 筆記具	税理士 小河末廣氏	垂水 勤労市民 センター 講習室
12月6日(木) 13:30~16:30	第10回目 「これから輝く親父になるために」	・講座総括、OB会役員選出、サークル申込み ・今後の展開について 持参品; 筆記具	まちづくり サポーター 平田 滋氏	垂水 勤労市民 センター 講習室

* 都合により変更する場合があります

受講料; 4500円/全10回

料理の材料費、歴史ウォークの交通費は別途負担
(開講後の受講料返還はいたしませんのでご了承ください)

垂水区役所(まちづくり課・健康福祉課)、垂水勤労市民センター、垂水区社会福祉協議会、市立垂水図書館