男の生き方セミナー

後半人生の楽しみ方！

開催日時

第1回 **2月18日（水）** 人生再設計のススメ
これからが面白い第二の人生

第2回 **2月25日（水）** 健康で長生きするための
体ほぐし体操

第3回 **3月 4日（水）** 地域で自分の居場所を
作る

各回とも18:30～20:30

（注）電子申請で結果の確認をする時は、奈良市のホームページのトップページにある「e古都なら」バナーをクリックしていただき、奈良電子自治体共同運営ポータルサイトにアクセスして下さい。利用者ＩＤ／パスワードなしで電子申請をした時は、到達番号と確認番号の二種類の番号が必要です。確認番号は一度しか表示されませんので必ず控えて下さい。結果確認が出来ない時は、電話（０７４２－３４－１５２５）で確認をお願いします。

講　　師　吉田清彦さん（フリーライター）
会　　場　奈良市男女共同参画センター「あすなら」
募集人員　奈良市内在住・在勤・在学の男性３０人
参 加 料　１，５００円

あすなら
奈良市男女共同参画センター

申込方法　往復はがきに、講座名、住所、氏名（フリガナ）、年齢、電話番号を記入し、男女共同参画センターまで申し込んでください。
ホームページの電子申請、電話での応募もできます。メールでの申込は出来ません。多い場合は、抽選で決めさせていただきます。

締 切 日　２月１２日（木）（必着）

送付先・お問い合せ先
奈良市男女共同参画センターあすなら　〒630-8122　奈良市三条本町8番1号
ＨＰ　http://www.city.nara.nara.jp/　　TEL.34-1525

お願い…当センターにお越しの際は、出来るだけ公共交通機関をご利用ください。

主催：奈良市