

バケツリストを 作ってみませんか!!

～I(私)ノート書き方講座～

ご存じですか？バケツリスト!?

バケツリストとは「一生のうちにやってみたいことをまとめたリスト」の事です。バケツリストを作成すると自分の希望や願望、なりたい将来像などに向き合うことができます。

バケツリストを作成し、残りの人生をポジティブで充実した日々にしましょう!



参加費無料
先着30名様

2024年7月26日(金)

10:00～11:30

【会 場】霧が丘地域ケアプラザ2階

ボランティアルーム

- 講 師：MSO研究部 男澤 和明 氏(霧が丘6丁目在住)
*MSO研究部は霧が丘で老い支度の普及活動を行っている団体です
- 申 込 み：窓口・電話・公式LINEにて
- 申込期間：6月28日(金)～7月25日(木)
- 持 ち 物：室内履き・筆記用具・水分補給の飲み物
マスクの着用を推奨します。
*『Iノート』は当日お渡しします

◆お問い合わせ先◆

横浜市霧が丘地域ケアプラザ 担当：福田・木下
横浜市緑区霧が丘3-23 ☎045-920-0666

詳しくは、ホームページをご覧ください→

<https://www.foryou.or.jp/facility/kirigaoka/>

車・バイクでの来館はご遠慮ください

◆LINE公式アカウント◆

霧が丘地域ケアプラザの
LINE公式アカウントが
できました!

講座のお申込みも簡単・便利♪

ぜひ! **お友達登録**お願いいたします◎

