



# 輝け！男性



さあ、出かけよう！  
参加者は男性のみ！

## ～達人に学ぼう～5回シリーズ

男性の皆さん！新しいことにチャレンジ&学んでみませんか？  
今まで機会の少なかった男性だけの講座です。  
健康のために、また新たな趣味や生きがいづくりに！  
お申し込みの上、ぜひご参加ください。

退職された方や  
時間に余裕のできた方、  
ぜひどうぞ！

- ★参加費（会場費等）は5回分で1,000円（1回ごとの参加なら300円）
- ★定員は各20人/申し込み多数の場合は抽選 ※5回申し込みの方が優先となります
- ★お申込は、6月21日（金）まで。当選の方へは6/24日以降、郵便でお知らせします。
- ★定員に満たない場合は抽選後も受け付けをします。
- ★各プログラムの詳細は抽選後ご案内しますが、事前のお問い合わせは第4地区活動本部まで。

|   | 日時                  | 場所<br>(現地集合)    | 内容  | 持ち物                   |
|---|---------------------|-----------------|---|-----------------------|
| ① | 7月7日（日）<br>10時～13時  | エコファーム（みずほ協同農園） | 農作業と窯焼きピザに<br>チャレンジ！～トマト収穫<br>や土作り、窯焼きピザの実食 | 食材費<br>500円<br>※詳細は別途 |
| ② | 7月21日（日）<br>10時～12時 | コープカルチャー<br>神戸北 | 元気に楽しく！<br>ウエルネスダーツ体験<br>～ダーツが初めての人も！！      | なし                    |
| ③ | 8月4日（日）<br>10時～12時  | コープカルチャー<br>神戸北 | 知って得する節税方法<br>を学ぼう！<br>(相続税対策など)            | なし                    |
| ④ | 8月18日（日）<br>10時～12時 | コープカルチャー<br>神戸北 | スマホで上手に写真を撮<br>ろう！&上手な保存方法<br>～素敵な写真を撮ろう！！  | ご自身の<br>スマホ           |
| ⑤ | 9月1日（日）<br>10時～13時  | コープカルチャー<br>神戸北 | 魚をさばく！<br>～魚の調理と実食<br>～普段、包丁を持たない人も！        | エプロン、<br>三角巾、<br>タオル  |



※毎回、北区社会福祉協議会より地域活動について情報提供させていただきます。

共催：コープこうべ第4地区活動本部・神戸市北区社会福祉協議会

お申込み・お問い合わせは、コープこうべ第4地区活動本部（電話）078-583-4911  
お申込み時に、氏名・住所・年齢・電話（FAX）番号をお伝えください。

※申し込み時にお預かりした個人情報、神戸市北区社会福祉協議会と共有いたしますが  
この企画以外では使用いたしません。