

令和
5年度

充実ライフは
こちら

セ
カ

ラ
ン

応
イ
ド

援
フ

講

座

これからの楽しみと、
これまでの整理

人生100年時代、 次は何をしよう？

- 日 時：令和5年9月28日(木)～11月16日(木)
- 参加費：1,000円（「私の人生ノート」付）
※1講座のみ受講でも4講座受講でも同一参加費です
- 定員：①、②、④は30名、③は10名（先着順・申し込み必要）
- 申込期間：8月21日(月)～定員に達するまで
- 申し込み・問い合わせ先：新発田市社会福祉協議会
TEL 0254-23-1000
FAX 0254-26-3300

1 整理収納アドバイザーに学ぶ！ モノ・コト・ココロの整理

日時：令和5年9月28日（木）
14:00～15:30

会場：新発田市ボランティアセンター

講師：整理収納アドバイザー せいこのりこ 様



2 空き家について出来ること 空き家処分の実際と活用

日時：令和5年10月20日（金）
14:00～15:30

会場：新発田市ボランティアセンター

講師：新発田市建築課 空家・住宅対策係 黒田 侑 様



3 健康のコツは呼吸法にある!? スポーツ吹き矢体験

日時：令和5年11月2日（木） 14:30～15:30

会場：住吉コミュニティセンター

講師：スポーツ吹き矢 新発田れんぎょう住吉支部
支部長 本多 潤子 様 / 熊谷 清 様



4 空き家にしないために出来ること 相続登記や遺言に学ぶ

日時：令和5年11月16日（木）
14:00～15:30

会場：新発田市ボランティアセンター

講師：法務局 新発田支局 総務課長 今井 孝英 様



受講された方は、裏面の特別講座も受講可能です！

◆ 受講者限定特別講座 ◆

①～④の講座を1つ以上受講された方が対象です



手作り味噌に挑戦!

～しばた健康長寿を目指して～



申込開始日: 令和5年11月17日(金)～申込を受付けます

日時: 令和5年12月5日(火) 13:00～16:00

※12:45 新発田市ボランティアセンター集合

会場: 有機の里交流センター(米倉)

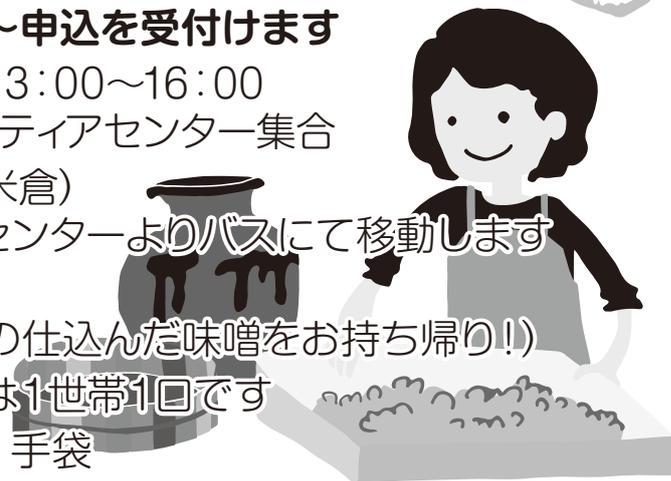
※新発田市ボランティアセンターよりバスにて移動します

参加費: 4,000円

(材料・容器代込、約8kgの仕込んだ味噌をお持ち帰り!)

定員: 20名(先着順) ※申込みは1世帯1回です

持ち物: エプロン、三角巾、マスク、手袋



セカンドライフ応援講座 申込書

枠内をご記入の上、ご希望の講座に○を付けてお申し込みください。

受講希望講座		1	2	3	4
フリガナ					年齢
氏名					
電話番号			携帯電話		
F A X			E-mail		
フリガナ					
住所	〒				

申し込み・問い合わせ先

新発田市社会福祉協議会 TEL:0254-23-1000 FAX:0254-26-3300