

3 / 3 (日) 健康麻雀体験

時間: 10:00~12:00

場所: 東地区公民館 2階ホール

- ・経験者向けの順位を決めるような大会形式ではありません。(初心者向けの体験会です。)
- ・暖かい室内で折りたたみテーブルやイスを使用しての開催です。
- ・常時換気しますが、各自感染予防に努めてください。
- ・当日体調の悪い方は、参加をご遠慮ください。
- ・外出に危険を伴う悪天候の場合は中止となります。

興味のある方
当日見学大歓迎!



*** 心の健康教室 ***

～ これならできる片付けのコツ ～ 豊かな人生のための生前整理

人生 100 年時代。より豊かに安心して毎日を過ごすためには、今どんなことをすればよいのでしょうか？もしもの時、身の回りのことはどのくらい整理できていますか？

モノが捨てられない、やり方が分からない、ヤル気が起きない方、一緒に片付けのコツを楽しく学びましょう！

日時 令和 6 年 3 月 10 日 (日) 午後 2 時～3 時

会場 滑川東地区公民館 1 階研修室

講師 暮らしな 代表 生前整理アドバイザー-上級認定指導員 稲村 美由起 先生



※ プロフィール

京都市出身 富山市在住。 整理収納アドバイザー、生前整理アドバイザー。住宅メーカー・住設メーカー・住宅展示場等に勤務後、暮らしなを主宰。生前整理アドバイザー認定講座、生前整理セミナー、整理収納の基本講座、清掃の基本講座の他、スモール講座等を公民館や企業等で開催し、『モノを整理することは心を整えること』だとお伝えしている。お片付けサポートサービスも好評。

主催 滑川東地区社会福祉協議会