

# 男性のための ブラッシュアップセミナー

生活力を身につけて、人生をもっと楽しもう！

退職後の人生を楽しく、元気に、充実したものにするためには  
地域や家庭で快適に暮らすための知恵や技術を身につけることが大切です。  
料理や介護の基本をプロから学んで、明日からの生活にお役立てください。

第1回 平成31年1月26日(土) 午前10時～午後2時

## 第1部：講話「第2の人生の再設計」

人生をもっと楽しく、元気に、充実させるためのヒントを学びます

## 第2部：調理実習 初めての料理入門

～包丁の持ち方から学ぼう！料理の基本～

具沢山みそ汁とおにぎりができれば自信がつきます

## 第3部：参加者同士の自由談話

講師：吉田 清彦さん（シニアライフ・プランナー、調理師）

会場：調理実習室（2階）、304会議室（3階）

受講料：無料（但し、材料費として300円）

持参品：三角巾、エプロン、手ふき用タオル、包丁（今後、ご自分で使用するもの）



定員：24人（先着順）

第2回 平成31年2月7日(木) 午前10時～12時

## ◆ 簡単介護入門

定員：30人

受講料：無料

～身近な人をお世話するための技術を学ぼう！～

講師：田上 美里さん（麻生医療福祉専門学校福岡校非常勤講師）

会場：301会議室（3階）



■ 対象 定年前後の男性および講座に興味のある方

託児：10カ月～小学校就学前まで。別途申込。子ども1人1回300円

■ お申し込み・お問い合わせ

公益財団法人大野城まどかぴあ  
総合案内（1階）まで

TEL：092-586-4000

FAX：092-586-4031

ホームページ [アスカーラ 検索](#)

# 講師プロフィール

## 第1回 1/26 (土)

### 吉田 清彦さん

シニアライフ・プランナー  
関西調理師学校講師、調理師

さまざまな市民活動に関わる一方で、全国各地の男女共同参画センターや公民館などが主催する講座で、メディア・リテラシー、男女共同参画、男の生き方、男性料理教室などの講師を務める。

ここ数年は、中高年男性の退職後の生き方をテーマにした講座の企画・立案にかかわることが多く、また最近では、講座企画やチラシ作成の講師としても全国で活躍中。ホームページ「講座企画塾」<http://ptokei.net/>



## 第2回 2/7 (木)

### 田上 美里さん

麻生医療福祉専門学校福岡校  
非常勤講師



介護福祉士。主に病棟にて患者さんのQOL向上のために様々な個別プログラムやレクリエーションを企画・実施。麻生医療福祉専門学校福岡校非常勤講師を経て、同校非常勤講師や麻生介護サービス等の介護関連講座の講師を務める。仕事や子育ての傍ら、地域の自治会活動や学生とのボランティア活動にも積極的に参加している。

【対象】 定年前後の男性および講座に興味のある方

【定員】 第1回 24名（先着順）、第2回 30名

【受講料】 無料（但し、第1回目のみ材料費として300円、当日徴収）

【託児】 10カ月～小学校就学前まで。別途申込。子ども1人1回300円

【申込先】 TEL：092-586-4000 FAX：092-586-4031

切り取り線

## 男性のためのブラッシュアップセミナー ◆参加申込書◆

ふりがな 氏名		電話番号	
参加希望回に ○	<b>第1回</b>	<b>第2回</b>	
住所	・大野城市 ・那珂川市	・春日市 ・福岡市（ 区）	・筑紫野市 ・太宰府市 ・その他
託児希望	なし	あり	⇒別途託児のお申し込みが必要です。
連絡欄			

※いただいた個人情報はご本人の承諾なく、本申し込み以外の目的で使用することはありません。