

オトナ塾

R60 アラカンフェスタ R60倶楽部

オトナ塾とは、六本松 蔦屋書店にて毎週火曜日 19時から開催する、『輝くセカンドライフを送るためのセミナー』です。ぜひご参加ください。

1/16

13:00~

いきいき整容教室

～手元の潤いアップ! ハンド
マッサージケア&タッチケア～

資生堂ジャパン株式会社

お化粧や身だしなみは健康づくりの手助けとなります。きれいに健康になる方法を習得しませんか。今回はハンドケア講座です。手元には生活が出るといわれます。ご自身のためのケアとご家族にできる方法をバラの香りに包まれ体感できます。

参加費 2,160円 定員 20名 予約 要予約

1/23

13:00~

シニアの断捨離 エンディングライフ?

モノが減るとココロが潤う

やましたひでこ公認断捨離トレーナー
福岡 断捨離会代表 壇 葉子

断捨離エンディングとは、最後の時まで自分がいかに心地よく暮らしていくかを考える事です。心のゆとりと豊かさを、自分のモノとの関係から気づいていく断捨離で、シニアの幸せな暮らしを考えていきませんか。

参加費 無料 予約 なし・先着順

1/30

13:00~

だまされんばい 悪質商法

福岡市消費生活センター

他人事ではない身近に潜む悪質商法。消費生活センターに寄せられる相談からリアルな悪質商法の手口と対処法や、クーリング・オフの方法など解決法を学びます。

参加費 無料 予約 なし・先着順

その他のプログラムはホームページで。



みんなの倶楽部

1/15 夢の種を見つけよう ドリームマップR

10:00~
12:00
～プチバージョン～

講師:mif塾 ドリームマップ・ファシリテーター/
キャリアカウンセラー 井田 三二代

一年の初めに「夢」を描きましょう! ドリームマップとは「夢への地図」。目標達成のためのツールです。わくわくの夢を描いて、元気に1年をスタートしましょう♪

参加費 500円

1/15 1/22 1/29 各日/11:00~12:30 (各1回のみ参加可)

生活に役立つ脳トレ遊び(速読術)

講師:脳トレ&速読インストラクター 阿部 直美

本をもっと速く読めたらどんなにステキだろう。いつも本だけ貯まってしまう…。そんな方にピッタリの速読の体験レッスンです。脳も活性化してコミュニケーション術や普段の生活にも役立ちます。

参加費 3,000円/1回 予約 要予約

1/23 今日からデキル! こみゆに

14:00~
16:00
け~しょん術

講師:mif塾 コミュニケーションマナー講師
船瀬 珠里子

良好なコミュニケーションを築くにはまず、自分から楽しく、面白く、人生を楽しむこと! そのための第一歩「自分磨き」をしませんか?

参加費 500円

参加して、学び楽しもう!!

会場:天神クラス 4階「あすみん」
中央区今泉1-19-22