

【蒲郡市地域型訪問サービス事業】

スキマ時間を
いかしたい

掃除のコツを学びたい

人の役に立ちたい

参加費無料

2日間受講
された方には
お掃除便利グッズを
プレゼント！

女性のための スキルアップセミナー

女性講師による女性のためのセミナーを開催します。
日ごろの家事にお役に立つことはもちろんのこと、それを活かして
仕事につなげることもできます。ぜひご参加ください。



令和6年

1月23日 火 13:00～15:30

1月24日 水 10:00～15:30

原則として2日間の受講をお願いします

場所 蒲郡市生きがいセンター

対象 蒲郡市在住で60歳以上の女性

定員 30名（シルバー会員が優先となります）

申込 シルバー人材センター事務局まで電話、
もしくは右記QRコードから



■1日目（1/23 13:00～15:30）

楽しくスッキリ
"運氣"を上げる 清掃講座

掃除をすることは、良い気を家の中に呼び込む開運アクション
この講座では、汚れのレベルを知ることにはじまり、様々な掃除
道具の使い方、そして洗剤の適切な使い方を学びます
お掃除のイロハを知って、楽に、キレイにしましょう！

- 1部 座学「清掃について」
- 2部 実技研修
プロに学ぶ「窓ガラスの磨き方」



清掃マイスター認定講師
杉 千郷 先生

■2日目（1/24 10:00～15:30）

学んだスキルをいかして、地域貢献
「家事援助」技能講習

みなさんのこれまでの経験を生かして、暮らしを支える地域
活動をはじめませんか？ 接遇や認知症についても学んで
いただけますので、ご家族や今後の生活のためにもぜひご参
加ください

- 1部 生活支援サポーターの役割
- 2部 知っておきたい介護の基礎知識
- 3部 家事援助の基本



介護福祉士・認知症トレーナー
河内 美保 先生

シルバー人材センターの登録のための

おしごと説明会のご案内

2月9日(金) もしくは 2月13日(火)

要予約

お申込み
お問い合わせ

公益社団法人 蒲郡市シルバー人材センター（蒲郡市神明町22番2号）

TEL 0533-69-0316（平日：9:00～17:00）

URL <http://webc.sjc.ne.jp/gamagori> MAIL gamagori@sjc.ne.jp