



今日は仕事がある

明日は予定がある

充実した毎日がある

蒲 郡 市 シ ル バ ー 人 材 セ ン タ ー

12月の入会説明会

12月 ^{女性限定} 2 (月) または 10 (火)

時間	9:30～(2時間程度)
場所	蒲郡市生きがいセンター 201学習室
対象	蒲郡市内在住で60歳以上の方 (要予約)

ご予約は、電話 (0533-69-0316) または、右記QRコードから



公益社団法人
蒲郡市シルバー人材センター

〒443-0056 蒲郡市神明町22番2号
TEL.0533-69-0316
<http://webc.sjc.ne.jp/gamagori>



シルバー人材センターで楽しもう

シルバー人材センターはお仕事だけでなく、いろいろなイベントにも参加できます

焼き芋始まりました！

シルバー人材センターの会員が心を込めて焼く
本格石焼き芋です。
是非ともご賞味くださいませ。

ご予約 承ります

☎ 0533(69)0316 または→



蒲郡市シルバー人材センター やきいも販売

【今年度の予定】

毎月第2、第4水曜日の販売

11月：13日(水)・27日(水)

12月：11日(水)・25日(水)

R7. 1月：8日(水)・22日(水)

2月：12日(水)・26日(水)

3月：12日(水)・26日(水)

1本
250円



他にもあります



12.19 (木) 10:00～

プロから学ぶ大人のための

【クリスマス料理教室】

有名ホテルの元料理長を講師に迎え、
「本格ローストビーフ」と「だし巻き卵」
の作り方を学びます。



12.17 (火) 10:00～

ゆるーく体を動かしませんか？

【座って出来る体操教室】

椅子に座ったままできるヨガ教室です。運動が
苦手な方、体力に自信のない方でも大丈夫！



12.20 (金) 14:00～

もしもの時に救えるように

【AEDの使い方と心肺蘇生】

少しの知識があれば、誰かの命を救えるかもしれ
ません。蒲郡市消防本部の方を講師に迎え、胸椎
圧迫とAEDの使い方を中心に救命処置を学びます。



毎月開催/ 定例 EVENT

茶房 がマツ茶 (12月はお休み)

シルバー人材センター女性会員による手作り
サロン。コーヒー・紅茶を
飲みながら、おしゃべりを
したり、毎回テーマを変えて
ミニ講座を開催しています。



シルバーコーヒーサロン

(12/4・11・18・25)

シルバー会員向けのコーヒーサロンが毎週水
曜日10時から14時までオープンしています。
豆から挽く本格コーヒーが一杯100円。
おしゃべりしたり、本を読んだり、
ゆったりとした時間を過ごしています。



スマホカフェ (12/19)

スマホ初心者のためにコーヒーを飲みながら気
軽に学べるカフェをオープン
しています。講師はシルバー
会員なので、気後れすること
なく気軽に質問ができます。



カラオケ同好会 (12/17)

毎月1回、歌好き、カラオケ好きが
集まっています。健康と親睦の場と
してみんなで楽しんでいます。



健康麻雀教室 (12/2・6・13)

「賭けない・飲まない・吸わない」
健康麻雀。脳トレと手指の運動、
仲間づくりで「健康寿命」を延ば
しましょう。



ハンドメイド同好会 (12/9)

ハンドメイド好き・裁縫好きが集まって、ワイ
ワイ・チクチク、お互いに
教えあいながら楽しくいろ
んな小物や作品を制作して
います。



上記記載のイベント(焼き芋を除く)は、シルバー人材センター会員向けのものになりますが、12月2日または10日
の入会説明会(裏面参照)に参加し、会員登録される方もお申込みいただけます(申込時点で定員に達している場合があります)