

コロナ禍で大変な日々を過ごされていることと思います。
もっと楽しく、もっと豊かな毎日を送るために、新しい生活様式の中で新しい挑戦をしてみませんか。

人生100年と言われています。これからの生活をもっと充実したものにするためのキッカケづくりをしませんか。

男の腕まくり！

メンズライフ講座



1

腕まくりしてウォーキング 都筑散策

1月30日(土)

9:00~12:00

集合 仲町台駅

都筑の歴史を学びながら、横浜市歴史博物館まで歩きます。重要文化財「関家住宅」、茅ヶ崎城址公園、遺跡公園などのポイントに寄ります。都筑の魅力を再発見します！歩きやすい服装・靴でご参加ください。

ガイド 都筑をガイドする会

2

腕まくりして家事 男の家事

2月13日(土)

10:00~12:00

会場 仲町台地区センター

家事をするメリットは沢山あります。社会で身につけた「仕事力」を「家事力」に変換し、好奇心を持って家事に取り組むと、きっと、日々の生活がより快適で、心が豊かになりますよ。

講師 カジオス代表
尾上元彦さん

3

腕まくりしてボランティア ボランティア体験

2月21日(日)

9:00~11:00(雨天 3/7)

集合 仲町台駅

まずは、茅ヶ崎公園愛護会の方から公園のお話を聞きます。その後、実際に保全活動を体験します。木立の中、自然と戯れながら、一緒に作業しませんか。

汚れてもいい動きやすい服装、靴でご参加ください。

講師 茅ヶ崎公園愛護会

4

腕まくりして楽しむ クラフトビール講座

3月13日(土)

10:00~12:00

会場 仲町台地区センター

クラフトビール専門店のマスターにクラフトビールのお話とビールに合うおつまみの紹介をしていただきます。もちろん試飲もします。男の楽しみ！ビールの楽しみ方を学んでみませんか。

講師 タイニーバレル店主
寺田亮史さん

対象 原則 男性 20人(先着となります)

参加費 2000円(全回分)

申込み 12月11日(金)9時から地区センター窓口
10時から電話先着

問合せ 仲町台地区センター 電話 045-943-9191

《感染症対策》

- * 事前に検温の上、マスク着用でご参加ください。
- * 手指のアルコール消毒をお願いします。
- * 会議室は定期的な換気を行っています。
- * 新型コロナウイルスの感染拡大の状況によっては開催を中止する場合があります。

個人情報取扱に関する同意書 (施設利用のために)

(個人情報保護管理者) 認定特定非営利活動法人 つづき区民交流協会 個人情報保護管理者 事務局長
(利用目的) 1. お客様の施設利用、および当協会のサービス提供に対する申込手続およびご連絡のため、2. 施設PRのため、写真撮影等をする場合があります(個人情報の開示等に関して) 情報を提供されたお客様は、該当情報に関して利用目的の通知、開示、訂正・追加・削除、利用又は提供の拒否を要求いただける権利を有しております。 * 当協会の個人情報の取扱詳細につきましては、当協会のホームページまたは施設内掲示の「当協会における個人情報の取扱について」に掲載しております。 * なお、いただいた個人情報は施設利用管理の目的以外には利用いたしません。上記についてご同意の上お申し込みください



仲町台地区センターHP
<https://www.tsuzuki-koryu.org/nakamachidai>