

すきま時間の たのしみ発見講座

場所：多賀町総合福祉保健センター

ふれあいの郷いきいきホール(3回とも)

3回のうち、単発でもお申込みできます。

多賀町内の方で、
地域・ボランティア活動に
興味のある方ならどなたでも
お申込みいただけます。

2回以上参加
された方には
プレゼント
あります！



第1回 ほっと一息、私にできること ～心地よい時間とすきま時間の見つけ方～



10/29 木
午前 10 時
～ 12 時

毎日の中で「30分」のすきま時間を見つけるプチワーク
スターバックスのスタッフさんをゲストにお迎えし、おいしい珈琲の入れ
方や心地よい空間づくり(リラックス法)のコツを学びます。※珈琲の苦
手な方やカフェインを控えたい方向けにも、デカフェのお話などご用意
しています。

第2回 心をつなぐ筆文字アート ～想いをのせて届けるすてきなハガキづくり～



11/12 木
午前 10 時
～ 12 時

「己書(おのれしょ)水蘭道場」講師：水蘭先生
「書き方のコツを教わりながら、世界にひとつだけの温かみのある
はがきサイズの作品を完成させます。コツを得たところで、地域の見
守りが必要な方々へお届けする作品と一緒に作成しましょう。(上手
下手はございませんので、お気軽に習っていただけます。)」



第3回 みんなでワイワイ！ ボランティアクリスマス交流会



12/15 火
午後 1 時 30 分
～ 3 時

多賀町内で元気に活躍している先輩ボランティアさん
たちを交えて、一足早いクリスマス交流会を開催しま
す！地域の笑顔を広げるアイデアをみんなでおしゃべ
りしましょう。楽しい企画を考え中！
お楽しみに♪



すきま時間のたのしみ発見講座受講申込書

申込先：社会福祉法人多賀町社会福祉協議会

送付先 FAX:0749-48-8140 有線:2-2039

締め切り：令和8年10月26日(月)

FAXまたはお電話にて受け付けております。お気軽にご連絡ください。

ふりがな お名前		お電話	
ご住所	〒 多賀町		
(参加できる講座に○をしてください。)			
	第1回	令和8年10月29日(木) 午前10時～12時	
	第2回	令和8年11月12日(木) 午前10時～12時	
	第3回	令和8年12月15日(火) 午後1時30分～3時	