

# 参加者 募集



## 市民が開く 教室・サークル・仲間づくり

働きながら、子育てしながら、家族の介護をしながら、

ネクストステージを考えながら・・・

身近に暮らす市民が仲間を探しています。

気軽に参加してテーマに触れてみませんか。

(参加無料・富山市民限定)

詳細は裏面をご覧ください。

※この事業は富山市公募提案型協働事業として開催します。

# 市民が開く 教室・サークル・仲間づくり 開催予定

詳細と申し込みは QR コードより



## 本をつくろう！ 本づくりサークル

本をつくるって希望？目標？楽しみ？そんな期待を持って集まりましょう。本といえば、小説だけではありません。お絵描きもお料理もペットの写真やイラストも本にできます。みんなで創作の楽しみを分かち合いましょう。

第1回：1月18日（土）10：00～11：45 婦中ふれあい館（婦中町砂子田）



## 手帳好きな人集まれ！ とやま手帳サークル

手帳の使い方をシェアして楽しむ会がはじまります！これまでの自分、これからの自分も描ける手帳。ウエルビーイング向上にもつながります♪まずはみんなで集まって、お話ししましょう。

第1回：1月26日（日）10：00～11：45 婦中ふれあい館（婦中町砂子田）



## 親子で楽しむ”臨床美術”体験講座

臨床美術は、認知症予防やストレス解消、こどもの感性を育てる”アートセラピー”美術が苦手でも大丈夫。楽しいアート体験を親子でしてみませんか？体験講座では、オイルパステル（クレヨン）を使った簡単で楽しい作品を作ります。

第1回：2月2日（日）10：00～11：45 婦中ふれあい館（婦中町砂子田）



## ”明日の食”を語り合う市民フォーラム

「耕作放棄」「農家の担い手」「フードロス」・・・私たちの「食」を語り合うフォーラムが発足します。作り手、流通、消費者・・・それぞれの当事者が現状と課題を考えます。

第1回：2月8日（土）13：30～15：00 県民共生センターサンフォルテ（湊入船町）



## ”つながり”の場づくりフォーラム

子育て、介護、街の変化・・・一人では生きづらいことが多い現代社会です。一人より二人、三人と身近なつながりが生まれる地域の場づくりが求められています。共に考え語り合う場をつくりませんか。楽しく語り合しましょう。

第1回：3月8日（土）13：30～15：15 婦中ふれあい館（婦中町砂子田）



## これから始める（にこにこ）ペースランニング

健康のためにこれから走り始めたいと考えている方、現役マラソンランナーとお喋りしながら楽しくランニング（ウォーキング）しましょう！月1回、公園などで30分から1時間程度、おしゃべりできるペースでゆっくりランニング（ウォーキング）します。

第1回：3月15日（土）10：00～11：30 タワー111（富山市牛島新町）

