


ときめきスプリングパーティー

結婚を前提にした出会いを望む独身男女のためのスプリングパーティーを開催します。1対1の面接タイムと、本格四川料理を楽しみながらのフリータイムをご用意しています。

春は素敵な出会いの季節です。将来のパートナーに巡り合うために一歩踏み出してみませんか？

- 日 時 2月23日(土) 午前10時30分～午後3時30分
- 場 所 信州戸倉上山田温泉「笹屋ホテル」
- 参加費 男性 6,500円 女性 3,500円
- 対 象 男女ともに結婚を真剣に考える独身者各20名(初婚・既婚は問いません)
男性：千曲市・坂城町結婚相談所の登録者または千曲市・坂城町に在住、在勤者の35歳～55歳までの方
女性：55歳までの方(要件の制限はありません)
- 締 切 2月7日(木) 午後5時までに電話またはE-mailでお申込みください(応募多数の場合は抽選)
- 申 込 千曲市社会福祉協議会 地域福祉課 Tel026-276-2687
E-mail sapo-wedding@chikuma-shakyo.jp
※E-mailでのお申込みは、件名に「スプリングパーティー申込」と記入し、住所・氏名・年齢・性別・連絡先を記述の上、送信ください。折り返しご連絡いたします。
- 


昨年 **9** 組カップル成立！

きっかけはほんの少しの勇気から！
今年のチャンスを活かすのはあなたです！

ボランティア養成講座

近年、人と人とのつながりが希薄化している地域社会では、ご近所同士のつながりや支え合いの輪がますます重要となってきます。一人一人が仕事や生活の中で培ってきた技術や特技などを、ちょっと困っている誰かのために活かしてもらえたら、今よりもっと住みやすい居心地のよい地域になります。そこで、ボランティア活動の基礎を学び、地域で助け合えるボランティアを養成することを目的に開催します。

期 日	内 容
1月30日(水)	「こころを開くアイスブレイク」「ボランティア活動とは」
2月 6日(水)	「まずは自分を知ろう！人間関係とコミュニケーション」
2月13日(水)	「ボランティアをする側の笑顔がどれほど大切か！笑いヨガの呼吸法を学ぼう！」
2月20日(水)	「地域でボランティア活動を行いましょう！」

- 講 師 宮崎 ^{かずみ} 寿美 氏(オフィス Smile Create jumi)
- 対 象 千曲市在住でボランティアに関心のある方、原則として全ての講座に参加できる方
- 定 員 30名(先着順)
- 参加費 1,000円
- 会 場 千曲市ふれあい福祉センター
- 時 間 午前10時～午前11時30分
- 締 切 1月11日(金)
- 申 込 千曲市ボランティア・市民活動交流センター Tel026-276-2687
- 
- 