

講座開催のご案内

講座の受講は1つだけでも、すべてでも、いくつでもご参加いただいて構いません。お聞きになりたい講座の、開始時間までにお越しください。

※前講座との入れ替えのため、多少お待ちいただく場合があります。

●日時 **12月22日** **土** 講座の簡単な内容や講師プロフィールはこちら ▶▶▶▶▶▶

●13:30~14:20 講師●宇津木 智(三島市在住)
初の海外。アメリカ珍道中

●14:30~15:20 講師●倉野 陽介(静岡市在住)
献血のススメ

●15:30~16:10 講師●藤田 あきの(藤枝市在住)
ヘルシーライフアドバイス
× 住友生命健康増進型保険Vitality

●定員 **30名** ※定員になりしだい受付終了
※申込みはこちら▶▶<https://goo.gl/W9xZEO>▶▶



●会場 **アイセル21**
第41集会室 施設駐車場は70台のみ

- バス・JR静岡駅北口8番のりば
県立病院高松線(県立総合病院)
「アイセル21」下車
・駿府浪漫バス「中央公民館前」下車
- 徒歩・JR静岡駅北口より30分
・静鉄新静岡駅より20分
・静鉄日吉町駅より15分



主催：静岡わくわくハラハラ勉強会

静岡から日本を元気にしちやえがコンセプト。
自分の知りたいことを聞くことができる。
自分が得意なことを教えることもできる。
聞く人は「わくわく」、教える人は「ハラハラ」。

そんなワイワイ楽しい勉強会を開催中!
こちらで最新情報をチェックできます。
▼Facebook ページ▼
www.facebook.com/shizuoka.wakuhara

講座内容・講師のご紹介

●13:30~ 初の海外。アメリカ珍道中
初の海外に言葉も話せず勢いで乗り込んで感じたことや、体験したことをお話しします。

講師●宇津木 智(三島市在住)
あなたのマインドセットを実現する個人コンサルタント

●14:30~ 献血のススメ
「献血したことないし…」「貧血ぎみで…」「針刺すのが怖い」
献血を勧めると、できない理由としてこんな声が返ってきます。でも、本当にそれが理由でしょうか?献血について知らないだけで、漠然とした不安からそう思っているかもしれません。
献血について、基本的なことから、自身の体験談や献血するメリットなどお伝えします。これを聞けば、あなたも献血したくなる!かもしれません。

講師●倉野 陽介(静岡市在住・自称 献血アンバサダー)
献血回数90回。今では、毎月献血に行くようになりましたが、元々は貧血の薬を飲んでいました。その間、血液検査を繰り返し、針を刺すことへの抵抗も無くなりました。おかげで献血にも抵抗なく、行くほどに献血が好きになりました。

●15:30~ ヘルシーライフアドバイス
× 住友生命健康増進型保険Vitality
今夏ついに日本上陸となった“健康増進型保険Vitality”。
それが一体なんなのか、アニメーションや動画を入れながらわかりやすく解説すると共に、ヘルシーライフを送るための食&身体のアドバイスを時間の許す限りもりもり盛り込みます(^^)

講師●藤田 あきの(藤枝市在住)
住友生命保険(相)勤務。プライベートでは、オーガニック料理ソムリエ・薬膳マイスター・スーパーフードアドバイザー等の取得を通じ、食と健康にまつわる情報をお伝えするヘルシーライフアドバイザー。