

40歳以上の男性募集!! 男の生き方塾

いなか
～青森暮らしの楽しみを探る!～

11/2(土) 8:00～16:00

温泉ソムリエと行く!

「はしご湯男子♨️温泉ツアー」

青い森鉄道で、地域の資源である「温泉」を浅虫から東北町まで「はしご湯」します!

参加費 3000円(交通費・入浴代) ※昼食代は各自

持ち物 バスタオル、手ぬぐい、各自入浴に必要なもの

【集合時間】 8:00 青森駅東口前集合

※当日のコースと昼食に関しては裏面をご覧ください。

◆ 応募締め切り 10月25日(金)まで



参加者募集!

【公開講座】どなたでも参加できます!

11/16(土) 13:00～15:00

「老後の資金に2,000万円!? 青森でどうする、どう暮らす?」

本当に老後に2000万円が必要なのか? 自分にはどんな選択肢があるのか、改めて考えてみる講座です。

【参加無料】

講師 泉谷 博之さん(ファイナンシャルプランナー)

場所: 男女共同参画プラザ「カダール」研修室



将来

11/24(日) 13:00～15:00

「藍×化学で切り開く 『あおり藍』ビジネス」

～聞いて食べて体感して青森でできることを考える～

農薬不使用で藍を育てるところから取り組みを始めた「あおり藍」への挑戦や思いを聞き、青森でできることを考えてみる講座です。

【参加無料】

講師 高橋 晃央さん(あおり藍産業協同組合)

場所: 男女共同参画プラザ「カダール」研修室



11/30(土) 10:00～12:00

初心者大歓迎!!

「あおり男子キッチン ～簡単ピザ&おつまみ～」

講師 川上 美子さん(フードコーディネーター)

材料費 800円

持ち物 エプロン、ふきん、三角巾

場所: 働く女性の家「アコール」



※お申込みに関しては裏面をご覧ください

対象・定員: 全4回中、2回以上参加できる40歳以上の男性20人

※2回目は公開講座で、どなたでも参加可能(要申込)

申込締切: 「はしご湯男子」のみ10月25日(金)まで、他講座は随時受付

場所: 男女共同参画プラザ(研修室)・働く女性の家(料理室) ほか

