

岡崎市・暮らしの学校・第一生命 岡崎支社 共同企画

参加費
無料

託児
無料

7/7 SUN

10:00~12:00

家族みんなのHappy Day ! Okazaki Family Fes 2024

ところ 暮らしの学校 岡崎校(岡崎市羽根町若宮30番地)

※駐車場完備

パパ&キッズ (小学生以上)
10:00~ (60分)

パパといっしょ おかずスープクッキング

具たくさんで食べ応えのある
おかずスープで栄養満点
カンタンだからお家でも！
スープでお腹もココロもあたたかい

【定員】父子15組
【持ち物】エプロン マスク 手を拭くタオル

講師
管理栄養士 広瀬輝美



女性のための
10:00~ (60分)

夏のむくみを解消 すっきりボディ

自宅でもカンタンにできる
セルフマッサージでリンパケア
深い呼吸でストレッチ ココロも解放

【定員】女性30名
【持ち物】運動のできる服装(裸足) 飲み物
ヨガマットあるいはバスタオル

講師
SACHICO-PARK
鈴木祥子



どなたでも
11:00~ (30分)

ちょっと気になる おかねのはなし

今、話題のNISAや資産形成について
無理なく楽しくお金を育てる楽しみを
いっしょに考えましょう
おいしいパンをご用意しています
個別相談あり

【定員】どなたでも50名
講師：第一生命
ファイナンシャルプランナー



お申込と詳細はこちら

(締切 6/25)



岡崎市ホームページ(電子申請
総合窓口)又は二次元コードから
お申込みください。

※ 単独講座での申込可

- 生後6か月以上の未就学児の無料託児(予約制)があります。
参加者決定後、託児利用申込書をお送りいたします。
- 参加できる方は、成人に限ります。
- 定員を超える場合は抽選となります。

岡崎市
OKAZAKI CITY

暮らしの学校
Mind, Health and Lifestyle

一生涯のパートナー
第一生命
Dai-ichi Life Group

お問合せ：岡崎市 社会文化部 多様性社会推進課 ジェンダー政策係
TEL：0564 - 23 - 6222 Mail：tayosei@city.okazaki.lg.jp

