

教養・趣味指導

| 神戸観光ガイド ゴンタロー | | |
|---|-------------------------------|---------------------------|
| <p>神戸観光ガイド ゴンタロー</p>  <p>web http://gontaroh.o.oo7.jp/</p> | 活動内容 | 神戸市内観光ガイドとスライドショー |
| | 対象者 | どなたでも |
| | 1回の活動人数 | 1人程度 |
| | 出演可能日 | 応相談 |
| | 必要物品 | スライドショーの場合：電源・映写スペース・机・椅子 |
| | 神戸市内まち歩き観光ガイドです。室内でのスライドショーも可 | |
| 依頼受付中 メンバー募集 | | |

| のぼらグループ | | |
|--|-------------------------------|--|
|  | 活動内容 | 不要になった和・洋服地で毛糸作品を作るリバーシブルベストやパンツ等 |
| | 対象者 | 高齢者・地域住民 |
| | 1回の活動人数 | 3～5人程度 |
| | 出演可能日 | 概ね第1・3・4月曜日（13：30～15：30頃）慣れれば家で縫製も可 |
| | 活動場所 | 高倉台公団住宅集会所 公団1号棟1F 市バス75系統高倉台下車すぐ 高倉会館隣り |
| | 縫物や編物が大好きな方、ぜひ見に来てお友達になってください | |
| 依頼受付中 メンバー募集 | | |

| 若草コミュニケーション麻雀を楽しむ会 | | |
|--|----------------------------|--|
|  | 活動内容 | コミュニケーション麻雀指導 |
| | 対象者 | どなたでも |
| | 1回の活動人数 | 1卓で8～12人程度 |
| | 出演可能日 | 応相談 |
| | 活動場所 | 駐車場1台、ホワイトボード、マグネット、椅子8脚以上、机（組み合わせ2m×2m） |
| | たくさんの知り合い作りと楽しい思い出作りの麻雀です。 | |
| 依頼受付中 メンバー募集 | | |

| まつこサークル（おかゆの会） | | |
|--|---------------------------------|----------|
|  | 活動内容 | 着物の着付け |
| | 対象者 | 地域住民（一般） |
| | 1回の活動人数 | 8人程度 |
| | 出演可能日 | 応相談 |
| | 活動場所 | 駐車場1台 |
| | 着物を着て楽しもう！参加希望者の着物は、サークルで用意します。 | |
| 依頼受付中 メンバー募集 | | |

教養・趣味指導

| | | |
|---|--------------------------|-----------------------------|
| 悠はりきゅう接骨院 | 活動内容 | ツボ、経絡の話、介護予防体操、ストレッチ、かんたんヨガ |
|  | 対象者 | 高齢者、地域住民（一般） |
| | 1回の活動人数 | 1人程度 |
| | 出演可能日 | 火、水（午前のみ）、木 |
| | 必要物品 | イス |
| | しっかりと身体を動かし、気の流れをよくしましょう | |
| | 依頼受付中 メンバー募集 | |