

地域力UP講座



この事業はサマージャンボ宝くじの収益金を活用して実施しています。

“市民によるまちづくり”をテーマとした地域力UP講座を今年も開催します！今年のテーマは、「元氣アップ！」

参加費

無料

日 程：令和8年11月5日(木)

時 間：18時30分～20時30分

場 所：地域交流センターゆう ミニホール

砂川市東3条北2丁目3-3

こんな方はぜひお越しください！

- なんか面白いことないかなー？
- 新しい価値観などに触れて、自分自身を「元氣アップ」させたい
- 「好き」や「趣味」を、ちょっとだけ地域で活かせないかな？ などなど…

砂川元氣アップ大作戦 ～私にもできるワクワクまちづくり～

講 師

笑華尊塾（しょうかそんじゅく）
代表 塩谷 隆治 氏



ニックネームは「しおちゃん」
保健体育教師として15年勤務したのち、
ココロの塾「笑華尊塾」を立ち上げる。
日本一ゆるい講師として堅苦しくなく
笑いながら聞ける講演・研修を展開し、
たくさんの人に「元氣アップ」をお届けしている。

くしおちゃんからのメッセージ！>



10月22日（木）までに電話・FAX・Eメール・LoGoフォームでお申込みください。

砂川市総務部市長公室課協働推進係
TEL：0125-54-2121
FAX：0125-54-2568
Mail：kyodo@city.sunagawa.lg.jp

<LoGoフォーム>

<ホームページ>

