

地域に仲間・居場所づくり

# オトパ in まちだ

2021.11.27 SAT

10:00-15:00

◆ イベントは10:00~12:00  
◆ 出展団体ブースは10:00~15:00

場所:町田市民フォーラム3F・4F

「オトパ」とは、「お父さん・お母さん、ともにおかえりなさいパーティ」を略した言葉。

仕事や家事等がひと段落し、第二の人生を歩み始める方を対象に開催します。

地域に出て自分の居場所や仲間を作るきっかけを一緒に作っていきましょう!

※オトパは、八王子市で長く続いてきたイベント。この度、開催を手がけてこられた皆さまのご助言もいただき町田版として開催することとなりました。

要予約

イベントの  
詳細・予約は  
こちらから▶



※電話でもご予約受け付けています。  
「まちカフェ!」実行委員会事務局  
(042-785-4871)へ。

## 〈プログラム〉

### 〈講演会〉

日常生活を豊かにする「氣」の活用法 実演指導

10:00-10:50



講師 岡村隆二氏

(NPO法人 氣の活用コム 理事長)

34歳の時に(株)海外放送センターを創設。大手企業の国際化研修を実施。44歳の時に合気道の「氣」を活用した研修事業を開始。57歳の時にNPO法人 氣の活用コムを町田市山崎町に設立。「氣の存在とその使い方」を広く伝えている。

大手企業や市内小学校等への研修や授業経験が多数あり、ユーモアと知識に溢れる岡村さんによる講演。合気道から投げ技を除いた「氣」の理論に基づき、この先もずっと健康で楽しく暮らすヒントを学びます。誰もが持つ「氣」を楽しく実感しながら活用する方法が分かる、必見の内容です。

### 出展団体ブースめぐり

11:00-12:00

出展団体ブースは15:00まで自由にご覧いただけます

出展団体のブースをめぐりながら、地域活動団体の魅力をご紹介します。新しい出会いがここから始まります!

- ◆ 鎌倉古道・歴史遺産の会
- ◆ 公益社団法人町田市シルバー人材センター
- ◆ じゃおクラス多摩・田園
- ◆ NPO法人町田演劇鑑賞会
- ◆ 町田市社会福祉協議会 ボランティアセンター
- ◆ まちだボールウォーキングクラス
- ◆ 町田ボランティア連絡協議会
- ◆ 町田市ユニカール協会

お問い合わせ

「まちカフェ!」実行委員会事務局 (町田市地域活動サポートオフィス内)

☎ 042-785-4871 (平日9時~18時)

✉ machicafe@machida-support.or.jp

町田市市民協働フェスティバル「まちカフェ!」専用ホームページ

<https://www.machicafe.tokyo/>

f <https://www.facebook.com/Machida.machicafe>

🐦 <https://twitter.com/machicafe2019>

