

# 60代以降はもちろん50代でも早すぎない！ 人生100歳時代 生き生きシニアライフ講座

## ★ 講座日程 ★ 土曜日 10:00～12:00

回	月/日	学習内容	講師名(敬称略)
1	10/28 (土)	人生100歳時代における高齢期の生き方と地域社会の構築を目指して ～高齢期の「自立」や「生き方」「生きがい」に着目するとともに、 高齢者が生きがいを持てる「地域社会の構築」を展望する～	東京大学 高齢社会総合研究機構 客員教授 辻 哲夫
2	11/ 4 (土)	人生100歳時代 生きがいの幅を広げよう ～いくつかからでも、一人称、二人称、三人称で生きがいの幅を広げる～	神奈川健康生きがいづくり アドバイザー協議会 会長 曲尾 実
3	11/11 (土)	フレイル予防で健康寿命を延ばそう～50代以降の各年代別の留意点～ ポッチャ(仲間づくりとフレイル予防)体験 ※実技がありますので、上履きをご持参ください。	東京大学 高齢社会総合研究機構 フレイルトレーナー 江口 典秀 他
4	11/18 (土)	人生100歳時代、安定した「家庭経済」を築こう ～50代、60代、70代以上、各ライフステージごとの対策～	神奈川健康生きがいづくり アドバイザー協議会 理事 浅井 卓弥
5	11/25 (土)	かわさきの地域活動のあれこれ ～50代以降、各ライフステージごとの参加状況と仲間づくり～	元川崎市宮前区区長/ 「川崎おやじ連」世話人 大下 勝巳 他

\*全5回出席した修了者には、(一財)健康生きがい開発財団から「修了証」が授与されます。

\*修了者は、神奈川健康生きがいづくりアドバイザー協議会が主催・運営するさまざまな社会貢献活動やサークル・同好会に「体験参加」することができます。

- ・会 場 川崎市生涯学習プラザ(武蔵小杉駅より 徒歩約13分 ※裏面に地図あり)
- ・受講料 5,610円 (資料代等はまとめて実費徴収いたします。)
- ・定 員 50名
- ・主 催 (公財)川崎市生涯学習財団  
※認定NPO法人かわさき市民アカデミーと協働で企画運営しています。

※問合せ先・申込方法は裏面をご覧ください。



【申込方法】 いずれかの方法でお申し込みください。

- ◎ F A X 送信先 044-722-5761 (この面に記入し、お送りください)
- ◎ 郵 送 この面に記入し、コピーを下記あてにご郵送ください。
- ◎ 来 館 川崎市生涯学習プラザ 3階 かわさき市民アカデミー事務局にて受付
- ◎ ホームページ アカデミーネットメンバーの登録が必要になります。\*下記のQRコードをご利用ください。

## かわさき市民アカデミー (2023年度後期)

受講申込書

申込日 月 日

NO.		講座名	テーマ		会場
E		総合	60代以降はもちろん50代でも早すぎない! 人生100歳時代 いきいきシニアライフ講座 第一期		会場
いずれかに○	2年会員 1年会員 聴講生(会員以外)	住所	〒 -		
ふりがな		性別		TEL	
氏名		生年(西暦) 年	FAX		
			E-mail		

◎申込受付 8月23日まで (定員に満たない場合は先着順で追加募集します)

◎受講手続き、受講料の払い込みについては、9月初旬に文書でお知らせします。

【受講の方へ】

- ・体調不良の際、会場でのご受講をお控えください。
- ・一部の窓・扉を開け、換気を行いながら実施します。
- ・配付資料代(コピー代)等をまとめて実費徴収させていただきます。

ホームページリンク



◎個人情報の取り扱いについて

収集した個人情報を講座運営に係る連絡やパンフレット等の送付のために使用させていただく場合があります。その際、「NPO法人かわさき市民アカデミー個人情報保護方針」に基づき、個人情報の漏洩、流出、不正利用がないよう、必要かつ適切な管理を行います。

○申込・問合せ先

認定 NPO 法人かわさき市民アカデミー

〒211-0064 川崎市中原区今井南町 28-41

川崎市生涯学習プラザ 3階

TEL: 044-733-5590 (平日 9:00~16:00)

FAX: 044-722-5761

ホームページ <http://npoacademy.jp/>

