

セカンドライフセミナー

ハッピーシニアを目指し、社会参加で介護予防！

社会参加に必要な3つの“こ”「行動」「コミュニケーション」「好奇心」
について一緒に考えてみませんか。

セカンドライフを
迎えたが
目標が定まらない方

最近人との交流が
少なく寂しく
感じている方

リタイア後に
漠然とした不安を
抱えている方



昨年、同セミナーに参加された皆さんです♪

【と き】 6月20日(月) 13:30~16:30

第一部：講義「目指そう“熟年爽快”！～ハッピーシニアになるためには～」

第二部：事例紹介「私がハッピーシニアになれたわけ」

第三部：ワークショップ「仲間と共に考え、語り合おう」

【ところ】 千本プラザ 2階大会議室（沼津市千本 1910-206）

WEB 同時開催(ZOOM)

【講師】 NPO 法人静岡団塊創業塾 原田 和正 理事長

【対象】 概ね 60 歳以上の沼津市民

【持ち物】 筆記用具、マスク

【定員】 会場 25 名 WEB 25 名(先着順)

【参加費】 無料

【申込方法】 電話かメールにて(お申込み時に会場・WEB いずれかをお伝えください)

【申込・問合せ先】

(福)沼津市社会福祉協議会 介護福祉係

電話 055-962-6260、055-962-5932

メール numazu-shakyo-kouza@docomo.ne.jp

