

2022年11月7日

第84回 SLF 講演会のお知らせ

セカンドライフファクトリー
代表理事 中谷 明

『75歳の岐路 ～ 高齢期を生き抜くために ～』

講師：山本 敏子 様

柏北部地域包括支援センター センター長

人生50年から100年の時代になり、雇用期間も延び「生涯現役」なんていうのも夢じゃありません。長い人生セカンドライフをどのように生きるのか、老いへの備えや過ごし方はどのようにしたらいいのでしょうか。

75歳は人生の岐路ともいうべき年齢で心身の衰えが目立ち始め、制度などの変更もありますのでおさえておきましょう。

効果的な健康法とこれからの人生を彩る目標を一緒に考えましょう。

■ 日時：2022年12月9日（金） 10:00～11:30

■ 場所：ラコルタ柏（教育福祉会館） 2階 多世代交流室
柏市役所隣り。赤いレンガの建物。

■ 参加料：無料

■ 定員：40名

■ 申し込み：以下のいずれかの方法でお申し込み下さい。

① eメールで：info-slf@jcom.home.ne.jp 宛て（件名：第84回講演会申込み）

② ホームページ上の申込サイトから

■ 申込期限：2022年12月1日（木）

■ 注意事項

① 必ず事前にお申し込みください。

② ZOOM 参加はできません。

以上