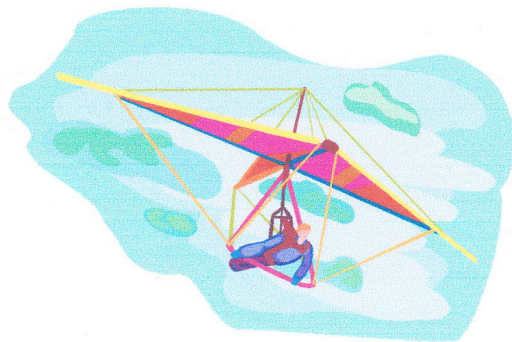


団塊世代地域デビュー支援講座



# 人生80年 ニューライフをどう創る!!

～会社人間から生活人間へ～

2月11日(日)

13時～15時30分

勝北文化センター

## ■「後半人生の楽しみ方」

—人生再設計のすすめ～会社人間から生活人間に—

講師 吉田清彦さん(フリーライター)



3月25日(日)

13時～15時30分

勝北文化センター

## ■「こうして準備、退職後の資金計画」

—少ない年金でどう暮らすか—

講師 松田里美さん(ファイナンシャルプランナー)

## ■「ボランティア活動に興味ありませんか」

—人生80年を楽しむセカンドライフ—

講師 大谷美佐恵さん(美作県民局協働推進室)



4月29日(日)

13時～15時

高倉公民館

## ■「生き生き元気に生活するために」パートⅠ

—健康第一、キーワードは食事—

講師 津山市保健師

## ■「生き生き元気に生活するために」パートⅡ

—正しい運動方法、健康知識を身につけよう—

講師 津山市作業療法士



参加費 無料(ただし、資料代実費負担あり)

申込期限 各回の3日前まで受け付けます(定員になり次第、締め切ります)

申込方法 電話、FAX

申込先 勝北公民館(電話36-7121、FAX36-7520)

高倉公民館(電話29-1513、FAX29-1513)

募集人員 100人(勝北文化センター)、50人(高倉公民館)

主催 津山市阿波、加茂、清泉、勝北、成名、高野、広野、高倉の8公民館