

50～70 代のための 男の生き方セミナー

これからが面白い! 第2の人生



「退職してから、はや〇年…」 「もう少しで退職だ」という男性の皆さん！右のチェックリストに1つでもあてはまったら、今こそチャンス！これまで働いてきた時間と、退職後の余暇時間は、なんとほぼ同じの“80,000 時間”。これを活かして暮らしを楽しみ、素敵なセカンドライフを過ごせる情報を楽しくお伝えします。お気軽にご参加ください！

チェック

- 日々なんとなく暮らしている
- 家事は妻にすべて任せている
- 妻と会話がかみ合わないと感じることがある
- セカンドライフを楽しみたい！
- 老後は新しいステージだと思う



| | |
|--|--|
| <p>8/30(土) 13:30 ～16:00</p> | <p>人生再設計のススメ ～いきがいをもって、楽しく生きる～</p> <p>充実したセカンドライフを過ごすために、これまでの生き方・暮らし方を振り返りながら、今後のライフプランについて考えます。</p> |
| <p>9/13(土) 10:00 ～14:00</p> | <p>男の腕まくり ～暮らしを楽しむ男になろう～</p> <p>心と体の健康を意識して、体にいいものをおいしく食べるために、気軽にできる調理法や食材選びのコツを学びます。※食材費800円程度必要</p> |
| <p>9/20(土) 13:30 ～16:00</p> | <p>充実したセカンドライフのために ～家庭や地域で居場所をつくる～</p> <p>いきいきとセカンドライフを楽しむうえで不可欠な、妻や周囲との良好な人間関係、家庭や地域での居場所づくり、仲間づくりについて考えます。</p> |

- 講師 よしだきよひこ 吉田清彦さん(シニアライフ・プランナー、調理師)
- 会場 県立男女共同参画センターあすてらす 3階
(8/30、9/20 研修室 1-2 9/13 研修室 3-4、生活創造スタジオ)
- 対象 大田市在住・在勤の50～70代の男性
- 定員 20名
- 申込 事前申込必要。詳細は裏面をご確認ください。



主催：大田市・島根県・公益財団法人しまね女性センター

■ 申込方法

下記に必要事項をご記入のうえ、郵送・持参・FAX・Eメール等にてお申し込みください。
※Eメールの場合は、件名に「男性のためのブラッシュアップセミナー申込」と明記してください。

■ 申込締切 8月22日(金)

■ 申し込み・問い合わせ先

大田市役所人権推進課

〒694-0064 大田市大田町大田口1111

TEL : 0854-83-8039 FAX : 0854-82-8944

E-mail : o-jinken@iwamigin.jp



■ 吉田 清彦さん プロフィール

さまざまな市民活動にかかわる一方で、自治体や公民館、男女共同参画センターなどが主催する講座で、情報・メディアをテーマとする講座や男性向け講座、男性料理教室の講師を務める。近年は、団塊世代の男性を対象とした講座の企画・立案に多くかかわり、また最近では講座企画やチラシ作成のコツを伝える人気講師としても全国で活躍中。



----- 切り取り線 -----

* * 申 込 み 票 * *

| | | | |
|-------------|--|-----|---|
| ふりがな 氏 名 | | 年 齢 | 代 |
| 住 所 | | | |
| Tel | | Fax | |
| Eメール | | | |

※いただいた個人情報については、本セミナーの申し込み受付、および大田市主催の講座案内以外に使用したり、第三者に提供することはありません。