

輝くシニア！今こそが定番

～人生は二幕目がおもしろい～

人生の二幕目をどう生きるか、健康を維持し、生きがいを持って、楽しく生きること
を模索している皆さんに、その経験談を入れながら、人生の二幕目を有意義に過
すための考え方や方法をお話します。今や日本人の平均寿命は、男性が80.21歳、女
性が86.61歳で、いずれも過去最高を更新しました。また65歳以上の高齢者が総人口に
占める割合（高齢化率）が26.0%で、4人に1人になりました。このように超高齢社会の
中で、「長くなった人生をいかに豊かに、活力を維持して生きるか」は多くの人々の課題で
しょう。その秘訣！をわかりやすく解説します。一時をお楽しみください。

- 日 時： **2016年 3月 6日 (日)** 受付：12:30
 ○場 所：所沢市新所沢まちづくりセンター（新所沢公民館）ホール 開演：13:00
 ○内 容：第一部 講演 終演：16:30

テーマ：輝くシニア！～人生は二幕目がおもしろい～

講 師：橋本輝之氏（湘南リバース治療院 院長）

第二部 アトラクション

①落語：三遊亭広花（女性・社会人落語家）

②シャンソンを楽しむ：森田香子氏

（桐朋学園大学卒・シャンソン歌手）



- 参加料：500円/人（当日、集めさせていただきます）
 ○交 通：西武新宿線新所沢駅（西口）下車徒歩7分
 ○定 員：150名先着

----- 切らずにFAXして下さい -----

- お申し込み、お問い合わせ先 ○締め切り：**2月29日 (月) 必着**

参加申込書にご記入のうえ、ハガキ、またはFAXで下記のところへお申込みください。

〒359-1145 所沢市山口 5043-39-2-502 TEL&FAX：04-2949-4658（三谷雅昭）

参加申込書			
フリガナ 氏名	-----	男 ・ 女	（ 歳 ）代
現住所	〒 ー	電話	（ ）
		FAX	（ ）

主催：NPO法人ときめきライフ埼玉

後援：所沢市

社会福祉法人所沢市社会福祉協議会

一般財団法人健康・生きがい開発財団