

# 長寿時代の新しい生き方の準備と対策が必要

## 人生100歳時代

### いきいきシニアライフ講座 第3期

総合 ★ 講座日程 ★ 土曜日 10:00～12:00

回	月/日	学習内容	講師名(敬称略)
1	10/5 (土)	人生100歳時代のシニアライフづくりとは ～キャリアを活かす、自分で切り開く、人脈を大切に～	神奈川健康生きがいづくりアドバイザー 協議会副会長 富田 徹
2	10/12 (土)	家庭経済面から上手な資産運用とは ～老後資金の不安とその対策を資産運用等で考える～	神奈川健康生きがいづくりアドバイザー 協議会理事 浅井 卓弥
3	10/19 (土)	これからのシニアライフは生涯就労が主流 ～これまでの定年引退から生涯働いて社会に役立ちたい時代へ～	神奈川健康生きがいづくりアドバイザー 協議会会長 曲尾 実 他
4	10/26 (土)	認知症の理解と介護のコツ：予防と備え ～親世代だけではなく、子供世代にも必要なテーマ～ (認知症予防アクティビティ含む)	認知症予防脳トレ士 村上 政司、仲谷 佳純 他
5	11/2 (土)	社会情勢の変化と求められるシニアライフ像 ～日本経済、社会保障制度等の推移とその対応策を考える～	健康・生きがい開発財団：副理事長 吉田 隆幸 他

※この講座のバックボーンは、国内の他の地域で展開されている「100歳大学」です。これは人生100歳時代の老後  
を、現役時代の価値観をリセットし、老いを生ききる覚悟と備えのための教育(人生下山の教育)として、第2の  
義務教育が必要であるとの構想から生まれたものです。

\*全5回出席した修了者には、(一財)健康生きがい開発財団から「修了証」が授与されます。

\*修了者は、神奈川健康生きがいづくりアドバイザー協議会が主催・運営するさまざまな社会貢献活動やサークル・  
同好会に「体験参加」することができます。

- ・会 場 川崎市生涯学習プラザ(武蔵小杉駅より 徒歩約13分 ※裏面に地図あり)
- ・受講料 5,610円(税込) (資料代等はまとめて実費徴収いたします。)
- ・定 員 50名
- ・主 催 (公財)川崎市生涯学習財団

※認定NPO法人かわさき市民アカデミーと協働で企画運営しています。

※問合せ先・申込方法は裏面をご覧ください。

# 長寿時代の新しい生き方の準備と対策が必要

人生 100 歳時代に、長い老いのステージをどう生きるかは大変重要な課題です。この講座では、ライフプラン（人生設計）の 3 つの柱である「生きがい」「健康」「家庭経済」についてバランス良く学ぶことが出来ます。いくつになっても好奇心と挑戦する気持ちを持ち、新たな知識を探究する人は若く、行動的です。学びを通して居場所と仲間をつくり、地域貢献活動にまでつながることを目指します。



**【申込方法】** いずれかの方法でお申し込みください。

- ◎ F A X            送信先 044-722-5761（この面に記入し、お送りください）
- ◎ 郵 送            この面に記入し、コピーを下記あてにご郵送ください。
- ◎ 来 館            川崎市生涯学習プラザ 3 階 かわさき市民アカデミー事務局にて受付
- ◎ ホームページ   アカデミーネットメンバーの登録が必要になります。\*下記の QR コードをご利用ください。

## かわさき市民アカデミー（2024 年度後期）

受講申込書

申込日            月            日

NO.		講座名	テーマ				
地域協働講座		E	総合	長寿時代の新しい生き方の準備と対策が必要 人生 100 歳時代 いきいきシニアライフ講座 第 3 期			会場
いずれかに○	2 年会員 1 年会員 聴講生(会員以外)	住所	〒 -				
ふりがな		性別		TEL			
氏名		生年(西暦)	年	FAX			
				E-mail			

◎申込受付 8 月 21 日(水)まで（定員に満たない場合は先着順で追加募集します）

◎受講手続き、受講料の払い込みについては、9 月初旬に文書でお知らせします。

かわさき市民アカデミー  
ホームページへリンク⇒



### ●申込・問合せ先

認定 NPO 法人かわさき市民アカデミー

〒211-0064 川崎市中原区今井南町 28-41

川崎市生涯学習プラザ 3 階

TEL: 044-733-5590（平日 9:00～16:00）

FAX: 044-722-5761

ホームページ <https://kawasaki-c-academy.jp/>

### ◎個人情報の取り扱いについて

収集した個人情報を講座運営に係る連絡やパンフレット等の送付のために使用させていただく場合があります。その際、「NPO法人かわさき市民アカデミー個人情報保方針」に基づき、個人情報の漏洩、流出、不正利用がないよう、必要かつ適切な管理を行います。

