

第4回
いきいきシニア塾
2024年
3月18日(月)

14:00 ~ 16:30
(13時30分より開場)

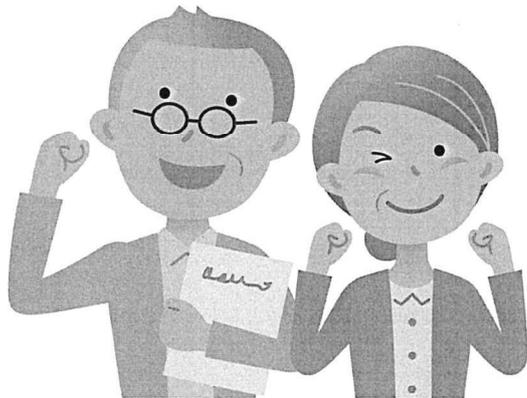
退職後の明日をいきいきとしたものにするために、フレイル状態や認知症の予防・発症を遅らせる、どなたでも参加できる気づきの塾を始めました。



主催：公益社団法人 日本産業退職者協会 / 後援：中央区役所

第4回 テーマ 「人生を楽しみたい (趣味・出会い)」

人生楽しく生きたい！
社会活動もしたい！



生きがいを
感じて生きたい！
仲間も欲しい！

どうやって見つけたのか。
どうやって続けたのか。
面倒くさくなったり、不安や悩みはなかったのだろうか。
今は楽しいのだろうか。

みんなの経験談を聞いてみましょう！

- ・ 子供日本語教室を始めて (講師：細江護夫氏)
- ・ 私のかきくけこ (講師：後藤憲子氏)
- ・ 四国遍路 (講師：菊田 宏氏)

● 開催場所

京華スクエア 2階第2会議室
(中央区立ハイテクセンター)

中央区八丁堀 3-17-9 (電話) 03-3551-3200
東京メトロ日比谷線 } A3 出口より徒歩 1分
JR 京葉線 「八丁堀駅」 }
都営地下鉄浅草線 「宝町駅」 A1・A2 出口より徒歩 5分



● 講師略歴

細江護夫氏 (西東京会)

会社員時代2度のブラジル勤務でポルトガル語に精通。NPO法人「たちかわ多文化共生センター」で外国人相談を約10年担当した。日本語がわからないためにドロップアウトする子供が多い状況に心を痛め、2023年5月から子供日本語教室を開設し、活動している。

後藤憲子氏 (京葉会)

介護事務所を立ち上げ、ケアマネージャーとして活動。現在は話し相手のボランティアをしている。趣味は俳句、木彫り。

菊田 宏氏 (京葉会)

学生時代から山登りを続け、現在も天気の良い日は丹沢を歩いている。著書に『四国遍路日誌』『1968 新町組少年団』があり、三作目を執筆中。

いきいきシニア塾参加ご希望の方へ

参加費 500円 / 事前申込制

(先着 45名様までとさせていただきます)

受付締切日時 2024年3月8日(金)まで

申込方法 (メール) jarip@isis.ocn.ne.jp

(FAX) 03-6240-9382

お問合せ 03-6240-9381