

講演会

どう暮らす？人生のセカンドステージ

「地域」の情報も満載！

参加会場が選べる！（オンライン体験）

# 人生100年時代

## ～変化するセカンドライフへの対応～

日時

2021. 2.28 (日)

10:00～12:00 (受付開始 9:45)

【10万時間】をこえるといわれる定年後の自由時間。その時間をどう使うのかは自分次第です。コロナ禍で改めて見つめた自分たちの生活スタイル…身近な地域の中での生き生きとした暮らし…これからの豊かなセカンドライフとは…？今だからこそ、考えてみませんか。

会場

お近くの会場を選んで参加！

会場①：定員 30名

中継会場②～⑧：定員 各10名

① 港北区福祉保健活動拠点  
(大豆戸町13-1)



講師：松本すみ子氏  
(シニアライフアドバイザー)

オンラインで  
同時中継

- ② 篠原地域ケアプラザ (篠原東2-15-27)
- ③ 下田地域ケアプラザ (下田町4-1-1)
- ④ 大豆戸地域ケアプラザ (大豆戸町316-1)
- ⑤ 樽町地域ケアプラザ (樽町1-22-46)
- ⑥ 日吉本町地域ケアプラザ (日吉本町4-10-A)
- ⑦ 新羽地域ケアプラザ (新羽町1240-1)
- ⑧ 高田コミュニティカフェ ゆずの樹 (高田東3-11-17)  
(協力：高田地域ケアプラザ)



申込方法：裏面の申込み用紙に必要事項を記入しFAXでお申込みください。  
(1/15～受付) 電話、E-mailの場合は、必要事項をお知らせください。  
WEBからもお申込み可能です(二次元バーコードを読み取ってください)

参加費：無料

対象：原則として港北区内在住・在勤の方 / 先着100名

申込み  
問合せ

港北区社会福祉協議会 (港北区大豆戸町13-1 吉田ビル206)

TEL 045 - 547 - 2324 E-mail hokuhoku@kouhoku-shakyo.jp

FAX 045 - 531 - 9561



主催：港北区社会福祉協議会 共催：港北区内地域ケアプラザ / 港北区役所 高齢・障害支援課  
協力：株式会社 タスクフォース (横浜型地域貢献企業)

## 講師プロフィール

### 松本すみ子 氏

- シニアライフアドバイザー、産業カウンセラー、キャリアコンサルタント
- NPO法人シニアわーくすRyoma21理事長、有限会社アリア代表
- 企業、自治体、研究機関、マスコミ等でシニア世代の動向研究、ライフスタイル提言、執筆活動を展開、NHKや民放各局のTV番組にも出演
- 著書に「定年後も働きたい。——人生100年時代の仕事の考え方と見つけ方」  
「地域デビュー指南術～再び輝く団塊シニア～」他

## 申込方法

〆切：2021年2月14日(日)

E-mail、電話、FAXなどでお申込み下さい。電話、E-mailの場合は、以下の項目についてお知らせください。  
(E-mailの場合は、件名を「セカンドライフ講演会申込」としてください)

① 氏名	(ふりがな)	② 年代	例) 60代
			代
③ 住所			
④ 電話		⑤ E-mail	
⑥ 希望会場	※参加を希望する会場を第2希望までご記入ください。事務局にて調整し、ご連絡いたします。		
	第1希望：		
	第2希望：		
⑦ 備考			

※ いただいた個人情報は、本講演会に関する以外には使用いたしません。

※ 新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、開催を見合わせる場合があります。  
あらかじめご了承くださいますようお願いいたします。開催中止の場合は港北区社会福祉協議会  
ホームページ等にてお知らせいたします。

検索

港北区社協



二次元バーコードを  
読みこむと、申込フォーム  
が表示されます

## 問合せ・申込み

### 港北区社会福祉協議会

(港北区大豆戸町13-1 吉田ビル206)

TEL 045 - 547-2324

FAX 045 - 531-9561

E-mail hokuhoku@kouhoku-shakyo.jp