

# ときめき セカンドライフ 講座

ぐんま県民カレッジ連携講座

お友達や  
ご夫婦での  
参加も大歓迎。  
※いずれか1日のみ  
の参加も可

日時

平成29年11月2日(木)・7日(火) 午後1時から午後4時

会場

板倉町中央公民館 (邑楽郡板倉町大字板倉 2698)

## 講座内容

### 1日目

#### ○ 退職後のこころとカラダの健康づくり

講師：医療法人 穎原会 東毛敬愛病院  
院長 穎原禎人 先生

#### ○ 知っておきたい退職後の生活費とライフプラン

講師：一般財団法人 地域社会  
ライフプラン協会 参事 村上 滋

### 2日目

シニアグループの紹介、活動体験、交流会

対象・定員 県内在住の概ね60歳以上の方・30名(先着順)

参加費 200円(資料代、飲み物代)  
※1日のみ参加の場合：100円  
当日受付にて徴収します。

申込方法 郵送、電話、FAX、電子メール  
郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・  
電話番号・講師への質問(1日目のみ)をお知らせ  
ください。

申込期限 平成29年10月19日(木) 必着

その他 ・参加決定の可否は、申込者全員に締切日以降に  
通知します。  
・ご記入いただきました個人情報は当財団事業  
のみに使用し、許可なく第三者への提供は  
いたしません。

お問合せ・お申込先

(公財)群馬県長寿社会づくり財団 ときめきセカンドライフ講座 係  
〒371-8517 前橋市新前橋町13-12 群馬県社会福祉総合センター5階  
TEL 027-255-6511 FAX 027-255-6166  
Email: gunshiren@sjc.ne.jp

主催：公益財団法人群馬県長寿社会づくり財団  
共催：板倉町  
後援：社会福祉法人群馬県社会福祉協議会  
社会福祉法人板倉町社会福祉協議会