

中高年の学びのカフェII

楽しく元気を送るための ライフデザイン講座

年齢にとらわれずに、生き活きと暮らすヒントを学びます

10月 7日・14日・21日 全3回

毎週：火曜日 時間：午後2時から4時



① 10月7日
あなたのライフデザインノートを
作りましょう
【穴戸佳子・黒田純子】



② 10月14日
笑いコミュニケーション
【瀬沼文彰】



③ 10月21日
定年後のチャレンジで
自己発見+ディスカッション
【遠藤博】

講師プロフィール

- ① 穴戸佳子：スタンフォード・自治体・学校等でコミュニティワークを実践。専門は健康心理・生涯学習等
黒田純子：町田市図書館お話ボランティア、社会福祉法人共働学舎評議委員
- ② 瀬沼文彰：吉本興業で3年間タレント活動、桜美林大学非常勤講師、日本笑い学会理事
- ③ 遠藤博：二つのNPO法人（生涯学習・男女共同参画推進）理事

- ★場所 ソレイユさがみ セミナールーム5 (JR 橋本駅北口前 イオン橋本店6階)
☎ 042-775-1775 相模原市緑区橋本6-2-1
- ★定員 20名 (先着順)
- ★参加費 800円 (初回にお支払いください)
- ★申込み FAX、電話、Eメールで 氏名、住所、電話番号 をお知らせください
・FAX 042-743-3641 ・電話 090-9373-2965
・Eメール hws-endo@d7.dion.ne.jp
- ★問合せ 090-9373-2965 (遠藤)