

ち いき かつ どう
地域活動をはじめよう!

ちゅうこうねん けんこうい
中高年の健康生きがいづくり



地域活動の魅力って？

今からでも参加できる？

中高年期において、生きる目的や喜びを感じられる生活を送るためには？
退職し、子どもが自立したあとの生きがいづくりにおいて大切なこととは？

この講座では、講師が今までに行ってきたボランティアや地域活動を紹介しながら、地域とのコミュニケーションや仲間づくりの大切さ、健康で生きがいのある中高年期を生きる秘訣についてお話していただきます。

◆ 日 時

平成 26 年 2 月 8 日(土)
午後 1 時 30 分 ~ 午後 3 時 00 分

◆ 会 場

とかちプラザ4階 講習室401
(帯広市西4条南13丁目1)

◆ 入場無料 (定員30名)

※未就学児の託児あり (要申込)

◆ 申込み 2月6日(木)まで

※託児申込みは2月3日(月)まで

中高年期の心豊かな生活
ってどんなもの？

生きがいづくり？



はせがわ さとし
講師：長谷川 聡 氏

(北海道医療大学 准教授)

<講師プロフィール>

北海道医療大学看護福祉学部准教授。専門はコミュニケーション学、福祉情報学。
福祉・教育・文化・芸術活動を通じた地域のコミュニケーションとノーマライゼーションを、市民団体等の実践活動に自ら参加しながら研究を続ける。また、健康生きがいづくりアドバイザーとしても活躍されている。

【問い合わせ・申込み先】

帯広市 男女共同参画推進課 (〒080-8670 帯広市西5条南7丁目1 帯広市役所3階)
TEL: 0155-65-4134 FAX: 0155-23-0171
E-mail: danjyo@city.obihiro.hokkaido.jp

申込先 帯広市 男女共同参画推進課 宛

FAX 0155-23-0171

帯広市男女共同参画講座

「地域活動をはじめよう！

中高年の健康生きがいづくり」

平成26年 2月 8日（土）実施

<参加申込書>

所属団体等	
ふりがな 氏名	
ふりがな 氏名	
連絡先（電話番号等）	

<託児希望>

お子さんの名前 （よみがな）・年齢	（ 歳 ヶ月）
	（ 歳 ヶ月）

※申込みに際して得た個人情報につきましては、今回の講座に関する事務処理以外には利用しません。