

主催：千葉市民活動支援センター
企画・運営 リベルタちば

自分らしくシニアライフを生きる

～ 地域活動のすすめ ～

3回連続

シニアライフを生き生きとすごすための知恵をたくわえましょう。
最新の国内外の情報を知り、ボランティアや団体の活動にも役立てませんか？

第1回 9月30日(火) 13:30～16:30

共想法からまなぶ地域活動と認知症予防 講師：根岸勝壽ほか(ほのぼの研究所)

認知症の予防としての「共想法」を紹介し、参加者と体験ワークをします。

第2回 10月7日(火) 13:30～16:30

納得の老後を探して 講師：村上 紀美子(医療ジャーナリスト)

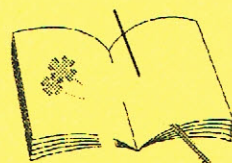
同名の著書のある講師から、オランダ・ドイツなどの海外の情報も紹介

第3回 10月14日(火) 13:30～16:30

安心してシニアライフを送るには？

パネリスト：佐藤 祐子(居宅介護支援事業所 はなまる企画ケアマネージャー)
村山 眞弓(株式会社 ミューマ) 永棟 峰代(NPO法人 THOT 代表)
豊口 恵久子(みちくさ 代表)

生き生きと暮らすためにはどんなことが必要か？ 参加者とともに考えます。



会場 千葉市民活動支援センター 会議室

参加費：3回通し 1500円 単回 500円

定員：25名

申込み：講座名、お名前、ご住所、所属を

TEL、FAX、またはメールで 市民活動支援センターまで。

しめきり
9月28日(水)



千葉市民活動支援センター

〒260-0013

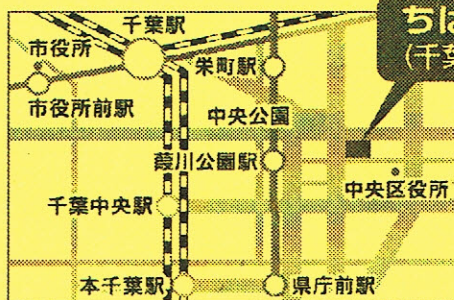
千葉市中央区中央 2-5-1
千葉中央ツインビル2号館9階

TEL：043-227-3081

FAX：043-227-3082

E-mail：info@chiba-npo.net

URL：http://chiba-npo.net/



ちばさぼ
(千葉中央ツインビル2号館9階)

<開館時間>

平日・土曜 午前9時～午後9時
日曜・祝日 午前9時～午後6時

<休館日>

年末年始(12月29日～1月3日)