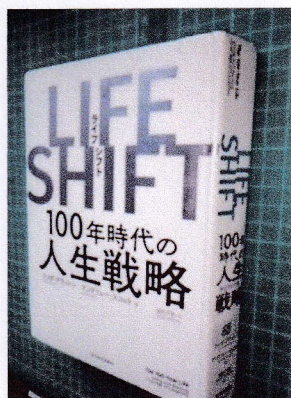


人生 100 年時代を快適におくるために ねりまシニアライフ講座

～セカンドライフをより豊かにする講座～



最近「人生 100 年時代」とよく言われています。政府の有識者会議「人生 100 年時代構想会議」の議員を務めるリンダ・グラントン英ロンドンビジネススクール教授は人材論の権威者で著書「ライフ・シフト」で長寿化に対応し「人生 100 年時代」を提唱したことで知られている。

グラントン氏が考える「人生 100 時代」のイメージは、これまで【教育→仕事→退職後の余生】であった。これからは、【教育→仕事→学び直し→起業→社会貢献→余生】などとしている。

年齢に関係なく知識や技能を身につけ長く働くことが重要としている。私には、とても出来そうでないが氏の意見には賛成である。このように

今【働き方改革】が問われている。

現在の日本人の平均寿命は、男性 81 歳、女性 87 歳で、健康寿命は男性 72 歳、女性 75 歳と言われており、高齢者は、フレイルもあり「健康寿命」は男女平均で、まだ約 10 歳も短い。そこで、①【人生 100 年時代をどう生きるか】②人生 100 年時代の終活【人生最後の仕舞い方】の「ねりまシニアライフ講座」を企画しました。奮ってご参加ください。

◎と き：2025 年 10 月 5 日(日) 開 場 午後 1 時 30 分 開 演 2 時～4 時

◎と ころ：練馬区石神井町 石神井庁舎 5 階 第 6 会議室 (エレベータ前)

◎講 座：第一部：人生 100 年時代をどう生きるか【セカンドライフをより楽しく！】

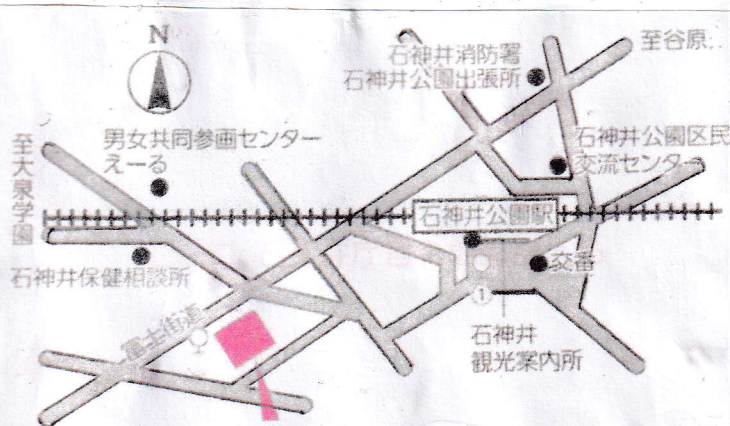
講 師：ねりまシニアネットワーク楽友会 会長 下河秀行

第二部：人生 100 年時代の終活をどうする【人生最後の仕舞い方】

講 師：株式会社まきの 石神井公園店 店長 好永章二

◎申 込：申込み先着順に 50 名 ◎会 費：500 円

◎主催: NSN ねりまシニアネットワーク楽友会 ◎後援: 練馬区高齢社会対策課



◎お申し込みは、出来るだけ e-mail で
ねりまシニアネットワーク楽友会

e-mail h.shimogawa@kind.ocn.ne.jp か

TEL 080-6607-4321 FAX 03-5393-7381

❖往復ハガキの方は、①氏名、②住所、③電話番号を記入の上、練馬区南田中 4-25-3 シニアライフ講座係へお申し込み下さい。

❖会場には、有料駐車場があります。

~~~~~ 切り取り線 ~~~~~  
【ねりまシニアライフ講座】その③ 10 月 5 日(日) 石神井庁舎 5 階 お申し込み書

◎氏 名：

お住まい：

電話番号：