

## 講演会

# 第二の人生の楽しみ方。

定年後を健康で、心豊かに生きる。

定年後の第二の人生を楽しく、充実して生きるためには、どうすればよいでしょうか？  
第二の人生を悠然と生きるための工夫や、地域での居場所さがし、仲間づくりやボランティア、これからの人生に役立つ情報や楽しみ方を紹介していただきます。  
じっくりと第二の人生、考えてみませんか？  
ご夫婦でのご参加も歓迎します。

とてもわかりやすく、ためになると全国各地で評判の

講師 **吉田 清彦さん**  
(調理師、プランナー)

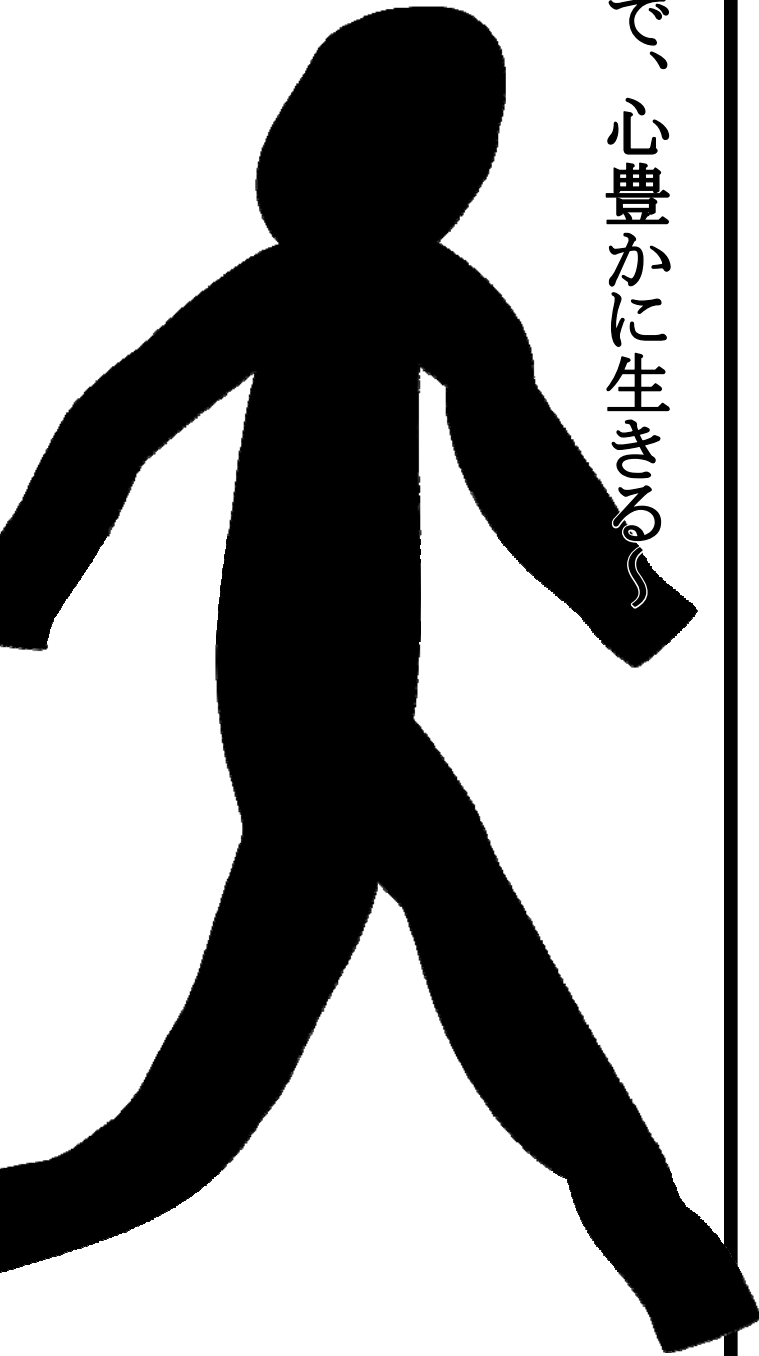
会期 平成22年

5月9日(日)

時間 13:30~16:00

場所 アスティアかさい  
3階 集会室

第一回  
がんばれ！  
おやし講座



★当日は、動きやすい服装でおいでください。

主催／北部公民館  
自治参画課(男女共同参画センター)共同事業

●お問い合わせ・お申し込みは  
北部公民館 TEL 45-0103 FAX 45-0886  
男女共同参画センター TEL 42-0105 FAX 42-0133