

セカンドライフカレッジ 2022

Let It Be ~あなたらしく~

新型コロナウイルスの影響で「生き方」や「つながり方」を改めて意識するようになった…そんな方も少なくないかもしれません。人生100年時代を迎え、生き方やつながりを豊かにする場として身近な「地域」や「地元」はますます重要な居場所になっていきます。コロナ禍の今だからこそ、セカンドライフの生き方を一緒に考えてみませんか？



プログラム

1回目

講演会「チカバの楽しみ方」

講師：澤岡 詩野氏
ダイヤ高齢社会研究財団
主任研究員

10/17
【月】

2回目

日本茶の楽しみ方

今こそ知りたい！お茶の魅力

10/31
【月】

3回目

スマホ写真講座

あなたのスマホでひと工夫…
映える写真の撮り方を学ぶ

11/21
【月】

4回目

体力測定会&ポッチャ体験

体力測定とポッチャ体験…
あなたの体力偏差値は？

12/10
【土】

5回目

いざという時に役立つポリ袋調理

防災食を作ってみよう！

12/16
【金】

会場

日吉地区内の公共施設等
※1回目は「日吉本町地域ケアプラザ」
(港北区日吉本町4-10-A)

対象

日吉地区に住む70歳前後の方
男女不問/定員 18名
※申込者多数の場合、抽選。

参加費

2,000円(5回分)
※5回連続講座です。初回にまとめて
お支払いください。

申込方法

電話・FAX・二次元コード
等でお申込みください。



(各回)10時~12時30分

※当日のメニューによって終了時間が変わることがあります。
あらかじめご案内いたします。

【〆切：令和4年9月30日(金)】

主催：下田地域ケアプラザ・日吉本町地域ケアプラザ / 共催：港北区社会福祉協議会

申込方法 裏面の申込書にある項目について、9月30日(金)までにお申し込みください

お申込み 横浜市下田地域ケアプラザ TEL：045-563-9081 FAX：045-563-9083

横浜市日吉本町地域ケアプラザ TEL：045-566-0360 FAX：045-566-0362

申込先 ▶横浜市下田地域ケアプラザ
▶横浜市日吉本町地域ケアプラザ

FAX番号：045-563-9083
FAX番号：045-566-0362

(ふりがな) 氏名	
	(生年月日： 年 月 日)
性別	男性・女性・回答しない
電話番号	
メールアドレス	@
住所	区
備考	

講師

1回目 澤岡 詩野 氏
(公益財団法人
ダイヤ高齢社会研究財団 主任研究員)

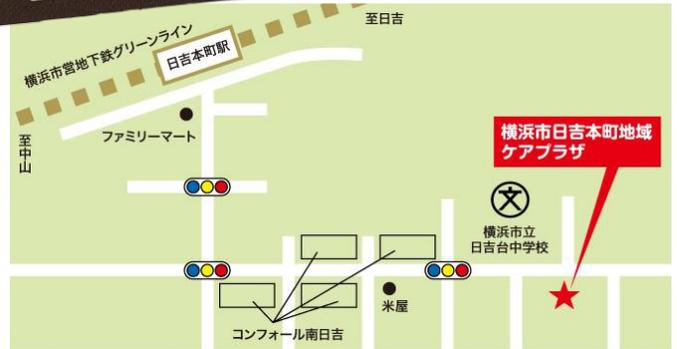
2回目 伊藤園ティーテイスター

3回目 小林 富雄 氏
(デジサポ・トライセブン)

4回目 日吉地区スポーツ推進委員連絡協議会
日吉地区保健活動推進委員会

5回目 佐々木 ミカ 氏
(防災コーディネーター)

地図 (1回目の会場)



※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、開催を見合わせる場合があります。あらかじめご了承ください。
※参加当日は健康チェックや検温、マスクの着用等感染対策へのご協力をお願いいたします。

セカンドライフ
カレッジ
応援団!

協力

株式会社 伊藤園 / 日吉地区スポーツ推進委員連絡協議会 / 日吉地区保健活動推進委員会 / セカンドライフカレッジ卒業生

- 東急東横線「日吉駅」よりバス 4番乗り場「日51循環 コンフォール南日吉・日吉駅東口」「コンフォール南日吉」下車すぐ
- 横浜市営地下鉄グリーンライン「日吉本町」より徒歩約8分