

あなたもはじめてみませんか？

シニア世代の 地域活動 あと押しセミナー

ゆとりができた時間を楽しく前向きに過ごすために、
新たな生きがいや居場所を見つけませんか？
人生100年時代を健康に楽しく活動する
きっかけづくりのセミナーで皆さんの
セカンドライフを応援します。

参加
無料

日時(全3回)

令和7年1月21日 火 10:00～12:00

地域活動・ボランティアについて考える

令和7年1月22日 水 10:00～12:00

輝けるセカンドキャリアについて考える
～あなたらしいキャリア&ライフのを見つけ方～

令和7年1月23日 木 10:00～13:30

周りを応援団にする話し方・接し方
～コミュニケーションスキルアップトレーニング～
地域活動団体との相談会

※11:15より地域活動団体を交えてグループワークを行います！

場 所 江東区文化センター

参加費 無料

持ち物 筆記用具

定 員 各30人（申込順） ※定員になり次第、募集を締め切ります
区内在住・在勤のシニア世代

申込方法 電話またはメール・FAXに①氏名②郵便番号・住所③電話番号を記入し
ヒューマンアカデミー株式会社までお送りください。

電話 : 03-5348-2039

メール : kotoku_sr_chiiki@athuman.com

FAX : 03-6846-1236

申込期間 令和6年12月9日(月) 10:00～令和7年1月16日(木) 17:00

申込・問合せ先 ヒューマンアカデミー株式会社 (10:00～17:00 ※土日祝 12/28～1/5を除く)

TEL : 03-5348-2039 MAIL : kotoku_sr_chiiki@athuman.com FAX : 03-6846-1236

※当事業は江東区長寿応援課シニア活躍支援係の委託を受け、ヒューマンアカデミー(株)が運営しています。
※お預かりしました個人情報は、本セミナーの運営管理の目的にのみ使用いたします。