

男の生き方塾

4回連続講座

定年後の生活ガイド

～したたかにしなやかにもっと楽しく～

いま50歳代の方々は「豊かなセカンドライフを」「定年を迎える前の準備を」など、テレビや新聞で見ない日はないほどクローズアップされています。自分を振り返ってみてあなたはどうか？「毎日が日曜日だっていいじゃないか。今まで一所懸命働いてきた自分へのごほうびだよ」なんて思っている、せいぜい3か月もするとお尻がむずむずしてくるとか……。『地域社会デビュー』『地域参画』いろいろなことばや情報を見聞きするけど、自分でイメージしてみても何にも浮かんでこない、とよく聞きます。

この講座はこれからいきいきした人生を送るために、与えられたものではない自分でみつける「自分の居場所づくり」、家族（主に妻）とのコミュニケーション、地域での友だちづくりまで目指した、男性への応援講座です。

1 9/22土
14:00～16:00
わいわいがやがや
大いに語ろう

2 9/29土
14:00～17:00
定年するとどうなるの？
何がどう変わるの？
講師：松本すみ子

3 10/6土
14:00～16:00
もっと楽しく生きるために
地域で活動中の先輩を招いて

4 10/20土
13:00～18:00
料理は楽しい!!
講師：佐野千代

会場：大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」
JR大森駅より徒歩8分（裏面の地図をご覧ください）
（第4回の料理実習のみ池上会館調理室にて行ないます）

添加物を使わないお料理。
「鰯づくし」を作ります。

対象：男性

定員：30名（応募多数のときは全回出席できる方を優先し、抽選になります）

費用：料理材料費¥1,500.-（初回に徴収します）

申込方法：往復はがき、ファクス、e-mailで（裏面参照）

締め切り：2007年9月20日（木）必着

至急お申込ください!

この事業はNPO法人男女共同参画おおたが大田区の補助を受けて実施しています。

