

いつか来る

おひとりさまの老後

乗り切る知恵と工夫

シニアライフをステキに彩る連続講座



結婚していても、していなくても誰でも最後は一人になったら「おひとりさま」。おひとりさまの老後だって考えようによってはステキなものになるはず。明るく安心して老後を乗り切る知恵と工夫を学びます。

2/23 月

3/2 月

3/9 月

3/16 月

3/25 水

全5回

14~16時

	内 容
2月23日(月)	「最期まで自分らしく」生きる工夫
3月 2日(月)	「心伸びやかにわたしを見つける」
3月 9日(月)	「食べもの情報」ウソ・ホントわたしの賢い食生活
3月16日(月)	「毎日を元気に楽しく」わたし流
3月25日(水)	公開講座 上野千鶴子さん講演会 いつか来る！「おひとりさまの老後」を生きる極意

75万部を超えた話題作！ひとりで暮らすノウハウ満載！！



- 対象 50歳以上の女性
- 定員 35名(申込多数の場合は抽選)
- 会場 大田区立男女平等推進センター
「エセナおおた」JR 大森駅より徒歩約8分
- 参加費 無料 ● 申込方法 裏面を参照
- 応募締切 2009年2月12日(木)必着

主催 大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」

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

聴いて納得！講師陣

井上治代さん

東洋大学ライフデザイン学部准教授、市民団体・エンディングセンター代表
著書「最期まで自分らしく」「子の世話にならずに死にたいー変貌する親子関係」「墓と家族の変容」等。

高村花美さん

(財)シニアルネサンス財団認定 シニアライフアドバイザー
朗読塾パローラ、風舎、無名塾劇朗読逢読会を経て現在、朗読とことばの会「ことばの舟」主宰。

高橋久仁子さん

群馬大学教授
著書『「食べもの情報」ウソ・ホント氾濫する情報を正しく読み取る』『フードファディズムーメディアに惑わされない食生活』等

上野千鶴子さん

東京大学大学院教授
近年は、介護保険の導入をきっかけに、地域福祉をになう女性の新しい働き方を、現場の担い手と共に調査研究している。著書「おひとりさまの老後」等。

申込方法

往復はがき、FAX、またはE-Mail (PC・携帯) に①シニアライフ連続講座 ②〒住所 ③名前(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号を記入の上、下記までお申込みください。
*お送りいただいた情報は講座目的以外には使用しません。

申込・問合せ先

〒143-0016 大田区大森北 4-16-4
大田区立男女平等推進センター
「エセナおおた」

電話 **03-3766-4586**

FAX **03-5764-0604**

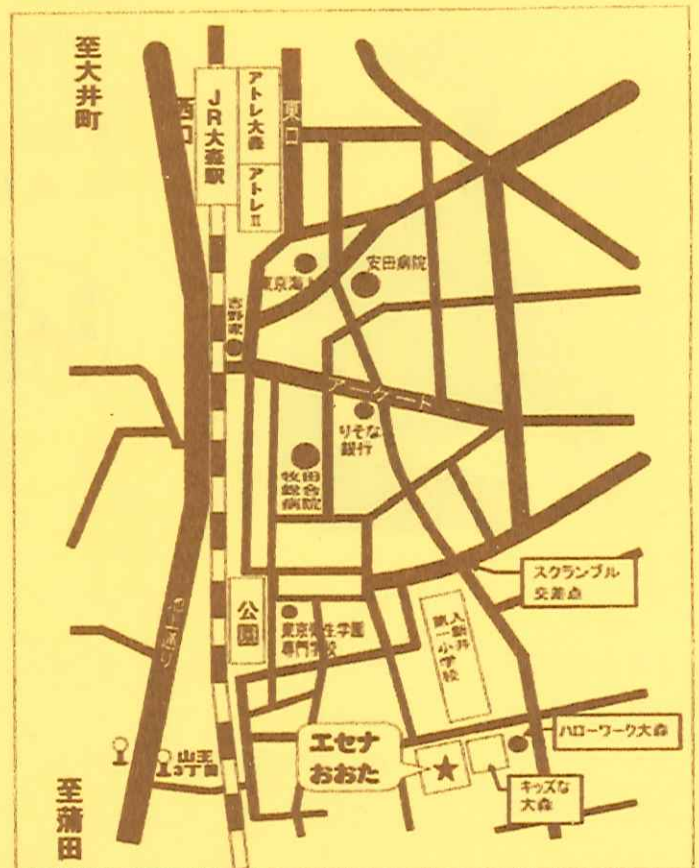
E-Mail **escena@escenaota.jp**

応募締め切り

2009年2月12日(木) 必着

お申込はお早めに！
お待ちしております

会場までの案内図



JR京浜東北線 大森駅より徒歩8分
駐車場はありません。

エセナおおた 検索

click

