

人生100年時代

講演会

# 変化する セカンドライフへの対応

～ あなたのセカンドライフを一層充実したものに～

参加費 100円  
(資料・保険代)

定員 200名

[日時] ▶▶▶ 2020年 3月5日(木) 10～12時

[会場] ▶▶▶ 港北公会堂 ホール  
(横浜市港北区大豆戸町 26-1)

これから迎える「人生100年時代」。

あなたは、次のステージ（セカンドライフ）をどう過ごしますか？

第1部の講演のほか、第2部では、地域ケアプラザ等から、開催予定の講座や地域活動の紹介も。あなたの特技や趣味がいかせるものが、きっと見つかります。

- 第1部：講演会（講師：松本すみ子氏）
- 第2部：活動や地域活動情報のご紹介



【第1部 講師】  
シニアライフアドバイザー  
松本すみ子氏

主催：港北区社会福祉協議会 / 共催：港北区役所 高齢障害支援課

横浜市港北区社会福祉協議会（港北区大豆戸町13-1 吉田ビル206）

お申込みは  
こちら

TEL 045 - 547 - 2324 MAIL hokuhoku@kouhoku-shakyo.jp

## 講師プロフィール

### 松本すみ子 氏

- シニアライフアドバイザー、産業カウンセラー、キャリアコンサルタント
- NPO法人シニアわーくすRyoma21理事長、有限会社アリア代表
- 企業、自治体、研究機関、マスコミ等でシニア世代の動向研究、ライフスタイル提言、執筆活動を展開  
NHKや民放各局のTVにも出演
- 著書に「定年後も働きたい。——人生100年時代の仕事の考え方と見つけ方」  
「地域デビュー指南術～再び輝く団塊シニア～」他

## 申込方法

〆切：2020年2月29日(土)

TEL、FAX、E-mail 等にてお申込み下さい。お申込みの際は、以下について、お知らせください。

※いただいた個人情報は、本講演会に関する事以外には使用いたしません。

ふりがな 氏名	住所（町名まで）	電話番号	年代（例：60代）

※備考（車いすの方、手話通訳等 サポートが必要な方はその旨をお知らせください）

## 問合せ・申込み

横浜市港北区社会福祉協議会（港北区大豆戸町13-1 吉田ビル206）

TEL 045 - 547-2324

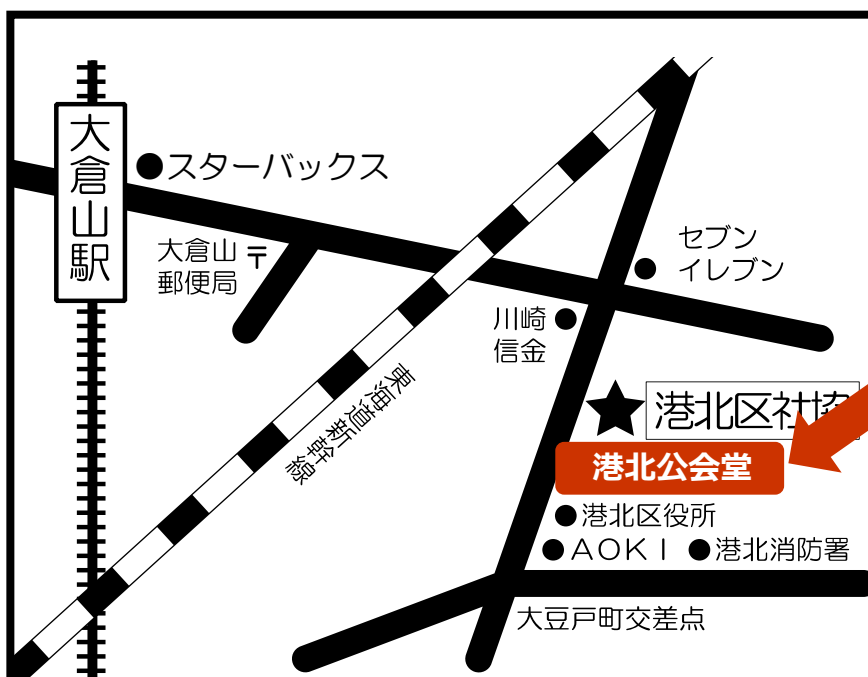
FAX 045 - 531-9561

E-mail [hokuhoku@kouhoku-shakyo.jp](mailto:hokuhoku@kouhoku-shakyo.jp)



二次元バーコードを読みこむと、申込先メールアドレスが表示されます

## 会場アクセス



1F ホール  
9:30 開場

- 東急東横線「大倉山駅」下車 徒歩7分
- 横浜市営バスまたは東急バス「港北区総合庁舎前」バス停下車 徒歩1分