

～人生の後半をもっと楽しくする情報満載～

受講者
募集

セカンドライフ講座

令和8年1月9日(金)、1月30日(金)

時 間: 10:00~15:00 全2回

場 所: 八潮市身体障害者福祉センターやすらぎ (裏面参照)

参加費: 無料 定員: 20名 (申し込み順)



第1回
1/9(金)

★講演: 「人生100年時代、半生の振り返りから導き出す未来」

〈講師〉 山口 一夫 氏

今変わろうとするセカンドライフを理解します。自分の半生を振り返り、これから自分のを考える方法とプロセス等について学びます。

第1回、第2回 講演講師: 山口 一夫 氏

ライフデザイン講師、主に大学・シニア大学・生涯学習機関にて、セカンドライフで自分が何をしたいのか、何のために生きるのか、どうしたらもっと幸せになれるのか、などをテーマとしたセミナーを実施

★見学: 「資源の再生現場を大人の目線で見学」(貸切バスで移動)

東埼玉資源環境組合(リユース)の第二工場ごみ処理施設へ行きます。

第2回
1/30(金)

★講義: 「八潮市のあゆみとこれからを知る」

〈講師〉 八潮市企画経営課職員

知っているようで知らない!? 八潮市について学びます。

★実習: 「健康簡単クッキング(当日の昼食づくり)」

〈講師〉 八潮市食生活改善推進会

身近な素材を使って昼食作り。完成後は皆で楽しくランチタイム。

★講演: 「自分らしく輝くセカンドライフ・デザイン！」

〈講師〉 山口 一夫 氏

第2の人生30年計画を作成し、からの生活について考えます。

申込・問い合わせ先 : 社会福祉法人 八潮市社会福祉協議会(八潮市ボランティアセンター)

TEL 048-995-3636 FAX 048-995-5287

(月～金曜日、祝日を除く8:30～17:15)

令和7年12月26日(金)までに電話等でお申し込みください