

# かがやいて 生きるために ～頭の3分間体操～

みえ生涯学習  
ネットワーク  
共催講座

昨今、定年が先延ばしになっていますが、  
定年後を考える事に早すぎるということはありません。  
「超高齢化社会」に向けて地域活動や社会参画への関わりをじっくり考えてみませんか。  
さて、実際に定年のあくる日を体験してみると、朝は長年の習慣で定時に起きます。  
でも、それから何もすることがない。孤独で心の中にぽっかり穴が空いてしまったよう  
な状態になってしまう男性も多いのではないのでしょうか？  
定年後の男性にとって外に出るか、内にこもるか、それが大きな問題です。  
あなたは どうしますか？



開催日時 **2019. 3月9日(土)** 受講無料 (13:00 受付開始)  
**13:30-15:00**

スケジュール

第1部 13:30～  
講演「男の囲炉裏端」の会の活動から

第2部 14:20～  
テーマトーク (3分間スピーチ)  
当日、数名の方に3分間スピーチの参加者を募ります。  
(強制ではありません)  
スピーチに参加されない方は聞くことの面白さを体感してください。

講師 シニアサークル しいりばた 「男の囲炉裏端」の会 代表 **志田 米蔵** さん

会場 **三重県総合文化センター**  
三重県生涯学習センター2階 視聴覚室

申込方法 **事前申込制・先着順**  
電話・FAX・ホームページ・Eメール・窓口・郵送  
※ 申込の際は、講座名・名前(ふりがな)・電話番号をご明記ください。  
※ 未就学児の入場はご遠慮ください。※ 受講ハガキ等は送付いたしません。

申込・問合せ先

MIIE CENTER FOR THE AGES  
**三重県総合文化センター**  
**三重県生涯学習センター**  
(3階事務室)  
tel.059-233-1151 / fax.059-233-1155

■ 〒514-0061 津市一身田上津部田 1234  
■ E-mail: manabi-kouza@center-mie.or.jp  
■ ホームページ: <https://www.center-mie.or.jp/manabi/>  
■ 休館日: 毎週月曜日(月曜日が祝日の場合はその翌平日)  
■ 開館時間: 9:00～19:00  
駐車場混雑が予想されますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

主催事業一覧



ご記入いただいた個人情報は、講座に関する連絡のために使用させていただきます。なお、お預かりした個人情報は、個人情報保護法に基づき、適切に管理いたします。  
個人情報に関するお問い合わせは、公益財団法人三重県文化振興事業団 総務部 (Tel: 059-233-1103) まで。

申込用紙	みえ生涯学習ネットワーク共催講座 かがやいて生きるために	名前(フリガナ) 電話番号をご記入ください	受付日【 月 日】 受付方法【FAX 来館】	センター 記入欄
	フリガナ		( )	
名前	フリガナ		( )	