

ご予約を
お願いします。

勉強会：いっしょに考えてみませんか？

【テーマ】

定年を迎えたシニアの方々も、仕事に抵抗がある・コミュニケーションが無理と感じるの方々も

～共に、ハッピーライフを考えませんか～

団塊世代の退職者が700万人～800万人排出されることにより、労働力が不足するという懸念があるが、同時に定年退職を迎えた後のサラリーマンの生き方についても、様々な懸念が指摘されている。

- ★ 日本のサラリーマンは豊かになることを第一の目的とした労働時間を費やしてきたので、余暇の過ごし方が苦手である。退職後余った時間をいかに過ごすべきか分からない。
- ★ 大抵の人は、一日中テレビを見て過ごし、外出は買い物や散歩、パチンコその他、その時々思いついた行動等、生活は受動的となりただ時間を過ごす。
- ★ 好きなことを仲間と一緒にしたり語り合ったりすることで共感が生まれ地域拡大、ビジネスのきっかけとなりうる。共感の連鎖が高齢者や定年退職者のQOL（生活の質）を高める一助となる。（参考資料：「老後時間の「質を」をどう高めるか」竹内健太氏・アゴラ編集部）

※ 定年後の“**アクティブシニア**”という生き方！

※ 地域や若い人とのかかわり、やりがいやつながりで明るくハッピーな生活、元気な地域社会のあり方、一歩踏み出すきっかけ作り等などについて、参加者みんなで考えませんか？

日 時：平成24年6月23日（土）午後2時00分～午後4時00分

場 所：NPO法人 ライフ・パートナーつくば事務所

〒305-0023 つくば市上ノ室845番地2（駐車場あります。）

参加費：500円

TEL&FAX：029-857-3292

当NPO法人の主な専門分野・・・**気持の整理や日常生活等の悩み、夫等の暴力や夫婦や恋人の悩み、引きこもり、**
その他対人関係、メンタルヘルスケア等ご相談を
通して支援いたします。まずはご相談ください！

主 催：NPO法人ライフ・パートナーつくば