

# ～セカンドライフを豊かに～

## 自分らしく！

## イキイキと過ごすための

## 10の秘訣！！

ミドル～  
シニア世代  
必見

スマート・エイジングとは？

高齢期の人生を健やかに、そして豊かに過ごすには？

人生を楽しみながら歩む力が湧いてくるヒント満載の講座です！！

2025年

**10月16日(木)** (開場 13:00～) **13:30～15:00**

**ウイズアップくらしき** (倉敷市男女共同参画推進センター)  
くらしきシティプラザ東ビル (天満屋倉敷店 6 階)

講師

**村田 裕之** (むらた ひろゆき) 氏

東北大学特任教授・村田アソシエイツ(株) 代表取締役



1962年新潟県生まれ。2006年東北大学からの依頼でスマート・エイジングのコンセプトを提唱し、2009年10月東北大学スマート・エイジング国際共同研究センター（現：学際重点研究センター）の設立に参画。仙台市民を対象としたスマート・エイジング・カレッジや、のべ406社が参加したSAC東京を11年間主宰し、市民の健康リテラシーの向上と多くの産学連携事業を推進してきた。高齢社会研究の第一人者として講演、新聞・雑誌への執筆も多数。

**参加  
無料**

定員  
**50名**  
要事前申込  
(先着順)

託児あり  
定員 5名  
満1才～  
就学前まで

### 申込方法

郵送・FAX・ホームページ・Eメールからお申込みください。

詳しくは裏面をご覧ください。

※申込受付は定員になり次第、終了とさせていただきます。

※託児希望の方は、**10月6日(月)まで**にお申込みください。

申込HPはこちら



主 催：倉敷市男女共同参画課

## 参加申込方法

郵送・FAX・ホームページ・Eメールにて、お名前・郵便番号・ご住所・電話番号などを記載の上、お申込みください。

郵 送

「くらしきハーモニーセミナー」事務局  
〒700-0941 岡山市南区青江 6 丁目 1-10  
株式会社オフィスダン内

F A X

086-201-3001

H P

<https://event-home.com/harmony/>

Eメール

harmony@edan.jp

【お問合せ先】

「くらしきハーモニーセミナー」事務局  
(受託者：株式会社オフィスダン)

TEL 086-230-5556

(受付時間／平日 10:00 ～ 17:00)



スマートフォン  
からお申込みの  
方はこちら→



### 【第 3 回：参加申込書】

申込日： 月 日

|                              |                                                    |            |
|------------------------------|----------------------------------------------------|------------|
| お 名 前<br>4名まで記入可<br>(代表者を含む) | ふりがな                                               | ふりがな       |
|                              | 代表者                                                | 参加者②       |
|                              | ふりがな                                               | ふりがな       |
|                              | 参加者③                                               | 参加者④       |
| 受講ハガキ等送付先                    | ※参加希望者が複数の場合は、代表者様のご住所・ご連絡先をご記入ください。               |            |
|                              | ご住所<br>(〒 - )                                      |            |
| ご連絡先                         | メールアドレス                                            | TEL ( ) -  |
| 託児申込み                        | ※利用を希望される方は、お子様のお名前・性別・生年月日をご記入ください。(対象：満1才～就学前まで) |            |
|                              | ふりがな                                               | (性別) 生年月日  |
|                              | お名前                                                | (西暦) 年 月 日 |
|                              | ふりがな                                               | (性別) 生年月日  |
| お名前                          | (西暦) 年 月 日                                         |            |

### 【会場アクセス】



倉敷市阿知 1 丁目 7 番 1-603 号

交通アクセス

JR 倉敷駅から徒歩 3 分  
※専用の駐車場はありません

### 【セミナースケジュール (予定)】

【第 4 回】  
11 月 22 日(土)

DV は愛じゃない  
アビュース  
～ Abuse is not Love ! ～

講師 / 松本 和子氏  
NPO 法人女性ネット Saya-Saya 共同代表理事

【第 5 回】  
12 月 9 日(火)

不登校のこころを理解する  
～経験者として伝えたいこと～

講師 / 林 恭子氏  
一般社団法人ひきこもり U X 会議 代表理事