

— 人生100年時代 —

男の生き方セミナー

定年後の“10万時間”を
より良く生きるために

定年から100歳までにある自由時間は、10万時間あると言われています。
労働時間に匹敵するこの膨大な時間を、健康に、より良く生きるためのヒントを
講師や、地域で若々しく活動している先輩の話から得てみませんか？



講演

埼玉県立大学
社会福祉子ども学科
社会福祉学専攻

准教授

川田 虎男 氏

専門分野

地域福祉、福祉教育・ボラ
ンティア学習、社会デザイン



知ろう！

始めよう！

町内の活動

◆地域で活躍する先輩方による体験談

◆今日から始められる！団体・活動紹介

【紹介予定の団体】

- ◆宮代町シルバー人材センター
- ◆認定NPO法人きらりびとみやしろ
- ◆みやしろ団世会
- ◆宮代プログラミングラボ
- ◆宮代町囲碁クラブ



◆日時：10月5日(月) 10:00～12:00

◆会場：福祉交流館 すてっぷ宮代 (多目的室いがし)

◆申込：9月25日(金)までに宮代社協へ電話 または

◆対象：町内で活動可能な男性
(定員30名・参加費無料)

Googleフォーム



【問合せ・申込み】

社会福祉法人 宮代町社会福祉協議会
宮代町字西原 278 福祉交流館すてっぷ宮代
電話 0480-32-8199



宮代町社会福祉協議会
『福祉交流館 すてっぷ宮代』
(宮代町字西原278)

町循環バスの終点
『西原自然の森』
バス停車で
駐車場に着きます