



# シニアセミナー

参加費無料

## テーマ

# Let's 社会参加活動 ～より充実したキャリア セカンドへ～

定年後に持つ大きな資源のひとつが「自分のための時間」です。時は金なり。時間には金銭と同じ価値があります。自分らしく、自由にいきいきとしたシニアライフを送るために、社会参加活動の重要性を知り、「自分のための時間の使い方」について考えます。

## 講師

### <講師プロフィール>

株式会社日本クリエート  
ばん どう ふみ え  
代表取締役 **坂東 史重** 氏

株式会社日本クリエート代表取締役 産業カウンセラー キャリアコンサルタント 交流分析指導会員  
平成9年、税理士秘書、経営指導業務に従事。  
平成17年、グループ企業 株式会社日本クリエート移籍。  
職業紹介、人材育成業務に携わり、平成30年 代表取締役就任。  
生涯現役の人生設計は先代のライフワーク。  
生きがいや自己実現を軸に活動を行っている。

### 日時

令和5年 **5月22日** (月曜日) 10:00~12:00  
(受付: 9:30~)

### 場所

とちぎ健康の森 1階 大会議室

### 対象

概ね50歳以上の方

### 定員

50名 (先着順)

### 申込み

申込期限 5月19日 (金曜日) 17時まで  
HP申込みメールフォーム・電話・FAXからお申し込みください。



生涯現役シニア  
応援センター **ぷらっと**

☎ **028-623-1291**

「ぷらっと」は輝き続けるシニアライフを応援するために、栃木県が設置した機関です。

# 【お申込み・お問い合わせ先】

FAXで申込みをされる場合は、この用紙をご利用ください

5月22日（月曜日）開催 『Let's 社会参加活動』

## セミナー申し込み

HP申込みメールフォーム・電話・FAXからお申し込みください。  
〒320-8503 宇都宮市駒生町 3337-1 とちぎ健康の森2階  
とちぎ生涯現役シニア応援センター ぷらっと  
電話：028-623-1291  
FAX：028-621-4767  
H P： <https://www.senior-ouen-p.ne.jp>

フリガナ	
氏名	
電話番号	



ぷらっと通信LINE「友だち登録」をすると、携帯からシニアセミナーの申込みができます!!

友だち登録はこちらから



※お預かりする個人情報は、本セミナーの目的以外には使用いたしません。

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、開催中止となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

※駐車場は限りがございますので、ご来場の際は公共の交通機関をご利用ください。

## セミナー会場 案内図

