

第3回

# ポジティブ・エイジング

9月10日(土)

14:00~15:30

座 談 会

—観覧者募集—

~40代以降の人生を豊かにするために大切なこと~

◇登壇者◇

土本 和孝

東急SレイエスFC代表



◇登壇者◇

田中 浩介

横浜市本郷台駅前地域ケアプラザ  
生活支援コーディネーター



◇登壇兼進行◇

小藪 基司

横浜市すすき野地域ケアプラザ所長



話題提供：高瀬 奈美

青葉区福祉保健センター  
高齢・障害支援課保健師



3回目の座談会は、働き盛りの30~50代男性3名が登壇します！  
子育てと仕事の両立。パートナーとのコミュニケーション。親の姿から学んだこと。  
シニア世代へ向けての心の準備。結局ポジティブ・エイジングって何？・・・など  
など、この年代ならではの思いを赤裸々に語っていただきます。  
どの世代の方も歓迎です。ぜひお気軽に聴きにいらしてください！

【場 所】すすき野地域ケアプラザ 2F多目的ホール

【定 員】25名（要申込み・先着順）

【申込み】電話（909-0071）または来館

※上履き持参・マスク着用でお願いいたします ☆YouTubeアーカイブ配信予定☆

※駐車場に限りがあるため、車での来館はご遠慮ください

主催：すすき野地域ケアプラザ 青葉区すすき野1-8-21

TEL：045-909-0071

協力：横浜市青葉区社会福祉協議会



ヨコハマ  
未来スイッチ

Positive Aging

～40代以降の人生を豊かにするためのヒント～

～未来の自分へのメッセージ～

～これから40年の理想の生き方～

～これから40年の人生の楽しみ方～

～これから40年の理想的な生き方～

～未来の自分へ送る 豊かな人生設計～