

# 充実したセカンドライフを 送るヒント



退職前に  
準備しよう！

～毎日をより豊かにするために～

仕事や子育てが一段落した後、あなたにとっての「セカンドライフ」はなんでしょうか？「働きたい」「学びたい」「趣味を持ちたい」など様々な選択肢がある中、今どきの「セカンドライフ」を取り巻く環境や、自分らしい「セカンドライフ」を見つけるポイントを学びます。緩やかなシフトチェンジにつなげるために、今からできることを探してみませんか。

令和5年

開催日 3月18日(土) 14:00～16:00



澤岡 詩野 氏

(公財)ダイヤ高齢社会研究財団  
主任研究員

## 会場

新宿区立男女共同参画推進センター  
3階会議室 ※裏面地図参照

## 対象

区内在住・在勤・在学で40歳以上  
30名 先着順

## 申込み

下記問合せ先まで、電話かFAX(裏面)  
でお申込みください(2/17(金)受付開始)

※新型コロナウイルス感染予防対策の為、  
施設内でのマスク着用・検温・手指の  
消毒にご協力をお願いします。  
※37.5度以上の熱がある方や体調不良の  
方は参加をお控えください。

### \*\*\*問合せ\*\*\*

新宿区子ども家庭部男女共同参画課  
新宿区立男女共同参画推進センター  
〒160-0007 新宿区荒木町16番地

☎ 03-3341-0801  
FAX 03-3341-0740

受付時間 日祝除く8:30～17:00

※会場にエレベーター・エスカレーターはありません。ご了承ください。

さわおか しの

講師 澤岡 詩野 氏 (公財) ダイヤ高齢社会研究財団・主任研究員

武蔵工業大学 工学部 建築学科 都市計画系 卒業

東京工業大学 社会理工学研究科 博士後期課程 修了

東京理科大学 工学部 経営工学科 助手、東京理科大学 総合研究機構 危機管理・安全  
科学技術研究部門 客員准教授を経て、2007年より現職。

専門は豊かな歳の重ね方を追求する「老年社会学」。

地域コミュニティでの「友人未満で知り合い以上のゆるやかなつながり」の在り方  
や、家や職場以外の「3つめの居場所」のあり方について調査研究を行っている。

### ★ 交通案内 ★



- ◇都営地下鉄新宿線  
「曙橋駅」A4出口から 徒歩約3分
- ◇東京メトロ丸ノ内線  
「四谷三丁目駅」から 徒歩約10分
- ◇都営バス
  - ・宿75 (新宿駅西口～三宅坂/東京女子医大前)  
「合羽坂下」から 徒歩約2分
  - ・高71 (高田馬場～九段下)  
「合羽坂下」から 徒歩約2分
  - ・白61 (新宿駅西口～練馬車庫)  
「曙橋」から 徒歩約5分

### ★ 個人情報の取り扱いについて ★

- お申込みの際に伺う個人情報は
- ① 講座開催の予約確認
  - ② 突発的事情による中止などの連絡
  - ③ 講座実施方法の連絡
  - ④ 受講者の年代に合わせた講義の準備
- にのみ使用し、それ以外の目的では使用しません

駐車場・駐輪場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

■ FAX 申込用紙 FAX 番号 03-3341-0740

\*\*\* 講座「充実したセカンドライフを送るヒント」\*\*\*

(開催日) 令和5年3月18日(土) 午後2時～4時

(会場) 男女共同参画推進センター 3階会議室 (新宿区荒木町16番地)

氏名

電話番号

( )