

サクセスフル・エイジング — 60代・70代・80代～ —

講師 渡辺 三千男 (認定心理士)

「サクセスフル・エイジング」とは、老化の過程にうまく適応すること。高齢者が社会の中で自分の望む生き方をして、幸福感・満足感を持つことです。しかし、高齢者でも、60代、70代、80代以降では体力も知力も違ってきます。では、各年代毎にどのように老いに適応したらいいのでしょうか。心理学や老年学をベースに、講師の体験も加えながらヒントになりそうなことをお話します。



●プロフィール●

1940年東京生まれ。慶應義塾大学卒業後、自動車会社に入社。国内営業部門を歴任後、仙台、岐阜、高松などで系列販売会社の役員を勤める。退職後、母校の文学部(心理学専攻)に学士入学。卒業後、(社)日本心理学会認定の「認定心理士」、(財)健康・生きがい開発財団認定の「健康生きがいづくりアドバイザー」の資格を取得。世田谷区生涯大学の専任講師を8年間務める。

著書に「定年後もう一度大学へ - 還暦の慶大生『心理学』を学ぶ - 」(東京経済)がある。

日時：平成30年11月17日(土)
13時30分～15時(開場は13時)

会場：砧区民会館集会室C・D
(成城6-2-1 成城ホール4階)

参加費：無料

定員：先着90名(当日、直接会場へお越し下さい。)

※整理券を正午より配布。定員に達し次第、入場を締め切ります。

手話通訳あり

《《砧区民会館(成城ホール)アクセス情報》》

- 電車：小田急線 成城学園前駅中央口(北口)下車 徒歩4分
- バス：成01・02・04・05・06・歳20・21・渋24・玉07
「成城学園前駅西口」下車、徒歩5分
都立01・等12・用06「成城学園前駅南口」下車、徒歩4分
祖師ヶ谷大蔵～循環バス 砧総合支所 下車0分

【担当】 世田谷区 市民大学・生涯大学事務局
住所/世田谷区池尻2-3-11
せたがや がやがや館4階
TEL/3412-3071
FAX/3412-3075
(8:30~17:00 土・日曜日及び祝日を除く)

砧区民会館(成城ホール)地図

