

第2の人生を豊かに  
するためのヒント

# セカンドライフ講座

受講者募集!

- ・エンディングシートから  
第2の人生を考える

講師：MK キャリアラボ代表

菊池 美也子氏

(キャリアコンサルタント)

- ・シルバーリハビリ体操と  
介護予防

など



## 【講師プロフィール】

茨城大学 キャリアカウンセラー

「ライフデザイン授業 社会と私」担当

英宏中学校 スクールカウンセラー

キャリア教育授業とスクールカウンセリ  
ング業務担当

民間会社 顧問カウンセラー

令和2年 3月 9日(月)

11日(水)

13日(金)

13時30分～15時50分(予定)

総合保健福祉センター ひだまり

市内在住の55歳以上で全日程に出席できるかた

先着30名・無料

下記窓口またはお電話で3月4日(水)までにお申し込みください

申込・問い合わせ：那珂市社会福祉協議会

那珂市瓜連321 那珂市役所瓜連支所分庁舎

電話 (029) 229-0309