

男の生き方塾

さよなら、会社人間

～黄金の60代を創ろう～



あなたは定年後の自分がどういう日常を送っているか想像できますか？
定年後は収入面、人との関係、妻との関係、健康面等々あらゆることが大きく変化をします。大きな変化の中で、そろそろ肩の力を抜いて、会社中心の生き方をリセットし、豊かで充実した人生を送るために必要なヒントを見つけましょうよ。この講座はこれまで「会社人間」としてがんばってきた人に贈る、体験学習も含めた男性応援講座です。

2006年 **11/18土～12/16土** **5回連続講座**
毎週土曜日 13時半開始

	日 時	テーマ・内容
1 回	11月18日(土) 13:30～16:00	人生再設計のススメ ～会社人間から生活人間へ～
2 回	11月25日(土) 13:30～16:00	定年後の期待と不安 ～男たちはかく悩んだ～
3 回	12月2日(土) 13:30～16:00	地域社会とのつながりづくり
4 回	12月9日(土) 13:30～16:00	これからがおもしろい第二の人生！
5 回	12月16日(土) 13:30～16:00	調理実習 男の腕まくり～プロに教わる料理の基本のワザ～



- 講師：吉田清彦さん（調理師・フリーライター）ほか
- 会場：大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」（JR 大森駅から徒歩 8 分）
*5 回目の調理実習のみ「池上会館」（東急池上線池上駅から徒歩 10 分）
- 対象：男性
- 定員：30 名（応募者多数の場合は全回出席できる方を優先します）
- 参加費：1,000 円
- 応募方法：往復ハガキ、FAX、E-Mail（詳細は裏面をご覧ください）
- 応募締切：11 月 6 日（月）必着



主催：NPO 法人 男女共同参画おおた

共催：大田区

この事業は「女性が輝く地域づくり（地域活性化事業研究事業）」として内閣府から委嘱されています。

FAX送信票 FAX 番号 03-5764-0604

「男の生き方塾」に申し込みます。

住 所	〒		
名 前 (ふりがな)		年齢	
連絡先 (電話・FAX)			
受講動機			

*お送りいただいた個人情報講座目的以外には使用いたしません。

■会場

〒143-0016 大田区大森北4-16-4

「エセナおおた」1階 会議室 ☎03-3766-4586

*ただし5回目の調理実習のみ「池上会館」で行ないます。

■申し込み方法

往復ハガキ、FAXまたはe-mailに①講座名「男の生き方塾」

②〒住所 ③名前(ふりがな) ④年齢⑤連絡先(電話番号・FAX番号) ⑥受講動機をご記入ください。

■申し込み先

〒143-0016 大田区大森北4-16-4

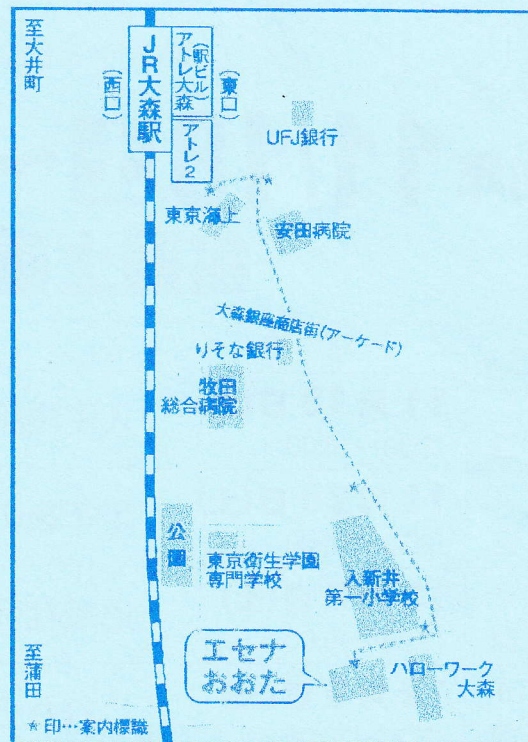
E-Mail: escena@escenaota.jp FAX: 03-5764-0604

■申し込み締め切り 11月6日(月) 必着

■主催・問合せ先 NPO 法人 男女共同参画おおた

(連絡先) 〒143-0016 大田区大森北4-16-4

TEL: 03-3766-4586 FAX: 03-5764-0604



*JR大森駅から徒歩8分。駐車場はありません。

前回の「男の生き方塾」参加者の感想

- 家に閉じこもりの生活から、外に出て
同じ年齢者とのつきあいがこ
んなに楽しいものかと思った。(60代)
- 楽しく明るく、元気が出た。来年も
ぜひやつてほしい。(50代)
- 同年代とも若者とも同じ立場で意見
や行動ができる場を作っていたきあ
りがとうございました。どんどん外
に出て活動したいと思います。(60
代)
- 講義は定年後の今後の生き方の参
考になった。料理は本に載っていない
ノウハウが非常に参考になった。(50
代)
- コミュニケーションの講義も料理も得
るものがたくさんありました。
(30代)
- 社会的に男女が同じであること
を再認識できました。(50代)