

人生100年時代 自分らしく生きるために

50's 60's 70's 80's 90's 100's

令和4年 2月19日(土) 10:00～11:30

人生100年時代の自分らしい生き方を
介護予防や終活の話を交えて楽しく学びましょう。

第1部(10:00～10:40)
講演「人生100年時代
自分らしく生きるために」



講師:大久保 名美 さん
(合同会社福々舎 代表)

第2部(10:45～11:30)
漫談「笑って延ばす
自分の健康寿命」



講師:福々亭 ナミ子さん
(脳トレ漫談師)

福々亭ナミ子さんこと
大久保名美さん プロフィール

働く現役世代向けのキャリアコンサル
ティング業務を行う傍ら、笑いで
心と体の健康の輪を広げる活動と
して「脳トレ漫談師 福々亭ナミ子」
をプロデュースするなど、広範囲に
活躍している。

キャリアコンサルタント、ファイナン
シャル・プランナー、起業カウンセラ
ー、セミナー講師、講演家。

合同会社福々舎 代表。
岩手県花巻市出身。盛岡市在住。

会場

プラザおでって3階 大会議室(盛岡市中ノ橋通1-1-10)

受講料

無料

対象・定員

テーマに関心のある方・30名

申込方法

2月4日(金)12時から、電話(☎019-604-3303)にて先着順に受付

※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、日時・内容を変更することがあります。ご了承ください。

【お問い合わせ先】

もりおか女性センター

〒020-0871 盛岡市中ノ橋通1-1-10 プラザおでって5F

TEL: 019-604-3303 FAX: 019-601-4031 Email: mjc@sankaku-npo.jp

専用駐車場はありませんので、近隣の有料駐車場をご利用ください。

主催:盛岡市、もりおか女性センター



もりおか女性センターは、
SDGsの実現に向けた活動に参画しています。