



人生後半の 地図を描こう!

今から私ができること



これまでの人生をふり返って、人生の後半を自分らしく生きるために何を大切にしたいのか。また、住み慣れた街で安心して暮らし続けるために、今から私ができることは何か、人との関係をどう紡いでいけるのかをみんなで考えます。

日時：9月26日～10月17日 いずれも火曜日

午後2時～4時（全4回）

場所：男女共同参画センター交流室

対象：市内在住・在勤・在学の方

定員：20名

子どもの一時預かりあり ※要予約

（1歳6カ月～就学前児）



企画・運営：NPO法人摂津まるごとプロジェクト

	日程	テーマ	講師
1	9月26日	私の人生、過去・現在・未来	清川香織（しつもん財団認定トレーナー、ライフラボ主宰）
2	10月 3日	大切な人へのメッセージ	川尻義子（認知症ケア専門士、らいふコーディネーター）
3	10月10日	聴いていますか、心と身体の声	北川照子（高齢者運動指導士、ガンバルーン体操インストラクター）
4	10月17日	わがこと、まるごと、できること	川尻義子（認知症ケア専門士、らいふコーディネーター）

問い合わせ・申し込み：摂津市立男女共同参画センター・ウイズせつつ

摂津市南千里丘5-35 コミュニティプラザ1階

TEL:06-4860-7112/FAX:06-4860-7113

NPO法人摂津まるごとプロジェクト

平成28年8月1日、NPO法人摂津まるごとプロジェクトは産声をあげました。
 摂津を「もっとわくわく」するまちに、「こんなのがあったらいいなあ」を「まるごと吸い上げカタチにしよう」と市民の力でキラッと光るまちづくりをめざしています。

- 私たちのミッションは、
1. 住み続けたいまちを一人ひとりが主体となって創る
 2. 地域住民が自ら課題を見つけ解決する力をつける
 3. 地域の情報や声の「集約と発信の拠点」創り です。

「人生90年時代」という現実はおはや他人事ではありません。ならばこの時代の女性も男性も共通した課題「少子高齢社会」をどう受け止めるか。大変だあ〜とマイナス思考か？ これぞ！ 時代の変化（チェンジ）、機会（チャンス）、挑戦（チャレンジ）と捉え、新たな道をつくっていくか。周りを気にせずに本音で語り合える友だちも連れ添って、また新しい仲間も見つけて、自分らしく楽しく生きる地図を描いて見ませんか？

この講座で新たな発見がきっとあります！

男女共同参画市民企画協働事業 チャレンジ企画とは

男女共同参画社会の実現を目的に、男女共同参画の視点でとらえた講座や、女性のエンパワメントに役立つ企画について講師謝礼金の助成、お子さんの一時預かりの補助などの支援をします。応募企画は審査により選ばれ、男女共同参画センターと協働で実施します。

平成29年度は、3つのチャレンジ企画を実施します。

講座名	グループ名
人生の後半の地図を描こう！ 今から私ができること	NPO法人 摂津まるごとプロジェクト
世界でその1人のために支援しつづける女性たち ～国境を越えて私たちができること All For One～	せつつ多文化スマイリングネットワーク
しきたりにとらわれない生き方をめざして	ハーストリーの会

問い合わせ・申し込み：摂津市立男女共同参画センター・ウィズせつつ

開館時間：月・木・金・土・日曜日 午前9時30分～午後5時
 火曜日のみ 午前9時30分～午後9時

休館日：毎週水曜日・祝日・年末年始

〒566-0021 摂津市南千里丘5-35 摂津市立コミュニティプラザ1F
 （阪急京都線摂津市駅前）

TEL：06-4860-7112/FAX：06-4860-7113

