

「高齢期を豊かに生きる」

人生の黄金期にするためのチャレンジを！

歳を重ね「後期高齢者」ともなると、未来には、老病死など、暗くて不安な景色が目につくようになります。

とはいうものの、世間の束縛から離れ自分が本当にやりたいことが自由にできるので、高齢期はその気になれば人生の収穫期にもなるはず。

身体を鍛え、心を整え、自分のこころのありようと行動を変えることで、暗くて不安に満ちた高齢期をなんとか「人生の黄金期」に出来ないものか、自分なりに色々と考えました。

自分が思うところをまとめた資料をもとに皆さんと話し合いの機会を頂くことになりました。多くの方から様々な考えを聞かせて頂き、より良い方法が見つかれば有難いと思っております。ぜひご参加下さい。

1. 日時： 2022年11月21日（月） 午後1時30分～
2. 会場： 「消費者生活センター」2階 集会所 JR蒲田駅 東口徒歩4分
3. 提案者： 秋葉 宏一
4. テーマ： 「高齢期を豊かに生きる」 人生の黄金期にするためのチャレンジを！
5. 会費： 200円
6. 連絡先： 治田邦弘 TEL 090-1760-7628

以上