

参加無料

シニア
女性の
ための

60歳からのいきいきライフセミナー

定員50名(先着順)

受講者募集 お友達同士・ご夫婦での
ご参加も大歓迎

～人生100年時代～自分らしく生きる心得



健康寿命を延ばす"楽笑人生"

コンテンツ

- ひとりで出来る
ポジティブスマイルトレーニング
- 心と身体を元気にする歩き方

みんなで
体験
しよう!

講師

有限会社シンビプロジェクト取締役副社長

印象戦略家 **ちとせ氏**

- 脳科学と心理学に基づいた独自のメソッドで理想の結果に導く「人」育成のスペシャリスト。
- 結果にこだわり徹底した習慣手法の「印象戦略®」は多くの企業・団体に支持を受け全国で活躍中。

シルバー人材センターを通じた健康づくりのススメ

～豊かなシニアライフを楽しもう～

講師

地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター研究所

理学療法士・博士 **桜井良太氏**



- 首都大学東京人間健康科学研究科人間健康科学専攻 博士 後期課程修了

- 専門は、老年学、公衆衛生学、認知行動科学

講演等、幅広く活躍中

県北会場

県南会場

令和2年
日時 **11月14日** 土 13:00～16:00
(開場12:30)

会場 那須野が原ハーモニーホール 小ホール

令和2年
日時 **11月28日** 土 13:00～16:00
(開場12:30)

会場 小山市立文化センター 小ホール

応募資格 **栃木県内在住の60歳以上の方**で、栃木県シルバー人材センターの会員でない方
※シルバー会員の方でも、非会員の方と同伴で参加できます。

お問合せ **とちぎテレビ** 株式会社とちぎテレビ ☎028-623-0032 (平日9:30～17:30 ※土・日・祝祭日は休み)

主催：公益財団法人 栃木県シルバー人材センター連合会
高齢者活躍人材確保育成事業「栃木労働局委託事業」

裏面の参加応募用紙でお申し込みください

※コンテンツは会場の環境・時間により、
内容を変更する場合がございます。

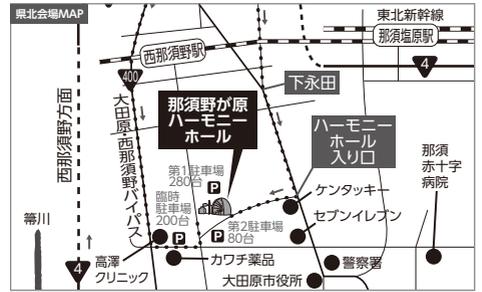
会場のご案内

県北会場

那須野が原ハーモニーホール 小ホール (栃木県大田原市本町1-2703-6)

バス ●JR宇都宮線西那須野駅から大田原市営バス(東口)大田原市内環状線で「ハーモニーホール前」で下車。徒歩約30分。

お車 ●大田原市役所から北西。第1駐車場をご利用ください。
※駐車台数に限りがあります。なるべく乗り合わせてお越しください。

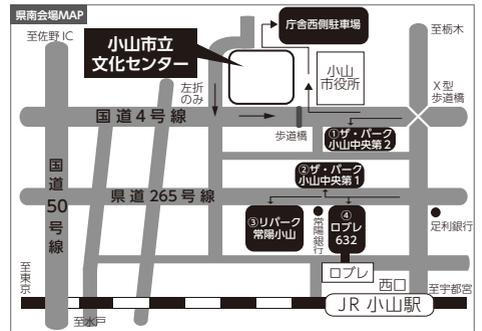


県南会場

小山市立文化センター 小ホール (栃木県小山市中央町1-1-1)

電車 ●小山駅西口から徒歩約10分

お車 ●国道4号線沿い小山市役所隣
庁舎西側駐車場をご利用ください。
※駐車台数に限りがあります。駐車ができない場合は、近隣の有料駐車場をご利用ください。なるべく乗り合わせで協力をお願いします。



シニア女性のための

60歳からの
いきいきライフセミナー

参加申込書

1枚につき
1名分のご記入を
お願いします

フリガナ	性別	年齢	生年月日
氏名	男・女	才	昭和 年 月 日
住所	〒		
携帯電話	シルバー会員の方でも、非会員の方と同伴で参加できます。 同伴者名を記入してください。		シルバー人材センターの チェック欄 会員 <input type="checkbox"/>
自宅電話	同伴者名		
参加 ご希望日	<input checked="" type="checkbox"/> 県北会場 11月14日(土) 那須野が原ハーモニーホール 小ホール	<input type="checkbox"/> 県南会場 11月28日(土) 小山市立文化センター 小ホール	チェック欄 <input type="checkbox"/>

上記にご記入いただき**FAX**または**郵送**にてお申し込みください。**参加証を送付します。**

FAXでのお申し込み

郵送でのお申し込み

028-650-6631

〒320-8531 栃木県宇都宮市昭和2-2-2
株式会社とちぎテレビ「シニア女性のための60歳からのいきいきライフセミナー」係

<注意事項>●個人情報については、就業支援等のため、本事業の委託者である厚生労働省栃木労働局及び、シルバー人材センターにおいて使用することがあります。予めご了承ください。●応募内容に不備がある場合は、応募が無効となる場合がございます。予めご了承ください。●新型コロナウイルスの感染状況によってはイベントが中止となる場合がございます。中止の場合はホームページで発表いたします。●イベント内容は予告なく変更になる場合がございます。●発熱や咳などの風邪症状のある方のご参加はお控えください。

シルバー人材センターCM

次はあなたの番! 10/1から、
とちぎテレビ
あなたの経験を活かして地域に貢献する。
そんな毎日を始めてみませんか!
にて放映

栃木県シルバー人材センター連合会TVCM「笑顔の秘密はシルバー人材センター」篇

