

# 今からはじめる古い支度

セカンドライフを考えることは、「これからの人生」を豊かにします。誰でもいつかは迎える古い、第二の人生をどうデザインするか・・・自分自身が望むものは何かを考えます。

6/18  
受付開始

8/30(木) 浜松 ・ 9/18(火) 沼津 ・ 10/11(休) 静岡



## 一歩、一歩、ありがとう ～妻・田部井淳子と歩いた道～

講師：田部井 政伸（登山愛好家）

国内外に多くの登山実績を残す。オートバイ、スキーなど多彩な趣味を持ち、1988年、史上初の北米大陸5600kmを50ccバイクでノンストップ横断。エベレストに女性世界初の登頂を果たした妻・淳子の山登りを中心とした活動を最期まで支えた。著書『てっぺん 我が妻・田部井淳子の生き方』（宝島社）。

9/13(木) 浜松



## あなたは苦痛・苦悩を乗り越える力をもっています

講師：高木 慶子（上智大学グリーンケア研究所特任所長）

生と死を考える会全国会議会長、援助修道会会員。聖心女子大学文学部心理学科卒業、上智大学神学部修士課程修了。博士（宗教文化）。三十数年来、ターミナル（終末期）にある人々のスピリチュアルケア、及び悲嘆にある人々の心のグリーンケアに携わる。著書『「ありがとう」と言って死のう』（幻冬舎）他。

9/27(木) 沼津 ・ 10/25(休) 静岡



## 自分らしく生き、自分らしく逝く ～あなたらしく生きるために～

講師：戸松 義晴（公益財団法人全日本仏教会事務総長）

浄土宗総合研究所主任研究員、国際医療福祉大学特任教授。慶応義塾大学、大正大学大学院卒業後、ハーバード大学神学校において神学修士を取得。タイエイズホスピス寺院支援活動、仏教者による「終末期医療への取り組み」とはなにかを探究。生命倫理、死生観教育に携わる。著書『寄り添いの死生学』（浄土宗出版）。

10/2(火) 浜松 ・ 10/5(金) 沼津 ・ 11/8(木) 静岡



## 人生100年時代の終活 ～いつか来る！おひとりさまに備える知恵と工夫～

講師：中澤 まゆみ（ノンフィクションライター）

雑誌編集者を経てライターに。女性・移民・マイノリティをテーマにルポルタージュなどを書く。その後介護をきっかけに、医療と介護、福祉分野への関心を深め、全国での講演活動のほかシンポジウムや講座を開催。在住の世田谷では多職種によるケアコミュニティ「せたカフェ」も主催する。東京新聞連載のコラムをまとめた『おひとりさまの介護ははじめ55話』他著書多数。

主催：（公財）静岡県労働者福祉基金協会（株）コープライフサービス（一社）静岡県労働者福祉協議会（一財）静岡県労働福祉事業協会  
後援：静岡県 静岡市 浜松市 沼津市 静岡県労働金庫 全労済静岡推進本部 生活協同組合ユーコープしずおか県本部 ライフサポートセンター友の会  
\*ロッキーカレッジは、静岡県労働金庫の会員が拠出した「地域役立資金」を活用しています。

お申込み・お問合せ等の詳細は裏面をご覧ください



ロッキーカレッジ

# ごあんない

## 浜松

各回  
150名

日程：8/30(木) 一歩、一歩、ありがとう～妻・田部井淳子と歩いた道～

講師：田部井 政伸

9/13(木) あなたは苦痛・苦悩を乗り越える力を持っています

講師：高木 慶子

10/2(火) 人生100年時代の終活

講師：中澤 まゆみ

会場：浜松市地域情報センター（浜松市中区中央1-12-7） JR浜松駅から徒歩10分

遠州鉄道遠州病院駅から徒歩2分

時間：13時30分～15時20分

お申込み  
お問合せ

ライフサポートセンターしずおか西部事務所（平日9時～17時）

TEL：053-466-6307 FAX：053-466-6273

## 沼津

各回  
130名

日程：9/18(火) 一歩、一歩、ありがとう～妻・田部井淳子と歩いた道～

講師：田部井 政伸

9/27(木) 自分らしく生き、自分らしく逝く

講師：戸松 義晴

10/5(金) 人生100年時代の終活

講師：中澤 まゆみ

会場：沼津労政会館（沼津市高島本町1-3） JR沼津駅北口から徒歩10分

時間：13時30分～15時20分

お申込み  
お問合せ

ライフサポートセンターしずおか東部事務所（平日9時～17時）

TEL：055-929-9820 FAX：055-929-9825

## 静岡

各回  
300名

日程：10/11(木) 一歩、一歩、ありがとう～妻・田部井淳子と歩いた道～

講師：田部井 政伸

10/25(木) 自分らしく生き、自分らしく逝く

講師：戸松 義晴

11/8(木) 人生100年時代の終活

講師：中澤 まゆみ

会場：静岡労政会館（静岡市葵区黒金町5-1） JR静岡駅から徒歩7分

時間：13時30分～15時20分

お申込み  
お問合せ

ライフサポートセンターしずおか中部事務所（平日9時～17時）

TEL：054-270-3963 FAX：054-272-0014

\*浜松・静岡会場には専用駐車場がありません。また、沼津会場の駐車台数には限りがあります。  
会場にお越しの際は、近隣駐車場もしくは公共交通機関をご利用下さいますよう、お願いいたします。

## お申込みについて

参加費  
無料

- 受付は**6月18日**(月)午前9時より行います。各会場のお申込み先へ電話またはFAXでお申込み下さい。
- 電話の場合は下記①～⑥をお知らせ下さい。FAXの場合は同内容をご記入の上、送信して下さい。
  - ①講座名：今からはじめる老い支度 ②会場・日程・演題・講師名 ③お名前（ふりがな）
  - ④日中連絡のつく電話番号 ⑤お住まい（〇〇市・町） ⑥年齢（〇〇歳代）
- FAXは受信後、確認のご連絡を差し上げます。
- お申込みは先着順で受付し、募集人数に達し次第終了いたします。

お伺いした個人情報は、今回の講座の運営にのみ使用いたします。