

東部コミュニティ主催★人生100年時代フォーラム

“人生いつだってこれからだ”  
人生100年時代の羅針盤

人生100年時代とはロンドンビジネススクール教授のリンダクラットンが自分の著書「life shift」の中で提唱した超高齢化時代の人生戦略・先進国では2007年以降生まれの2人に1人は100歳を超えて生きると。このフォーラムでは豊かな老後の過ごし方について、講師の先生と共に考えます。

**10月23日**  
(土曜日)  
**13:30~**  
**15:00**  
(受付13:00)

人生100年時代「健康の学び」

講師：名古屋文理大学  
健康生活学部：健康栄養学科  
**石川 豊美 先生**

- 医食同源～先人の知恵に学ぶ
- 人生100年時代の食をデザインする



**12月11日**  
(土曜日)  
**10:00~**  
**11:30**  
(受付9:30)

人生100年時代「マネーの学び」

講師：ザ・ヴィジョンクエスト株式会社  
代表取締役・ファイナンシャルプランナー  
**浦野 雅子 先生**

- 人生100年時代の豊かな老後を迎えるには？
- 年齢層別対策・年金は何時から頂くのがお得？
- 早速始めよう家計の見直し



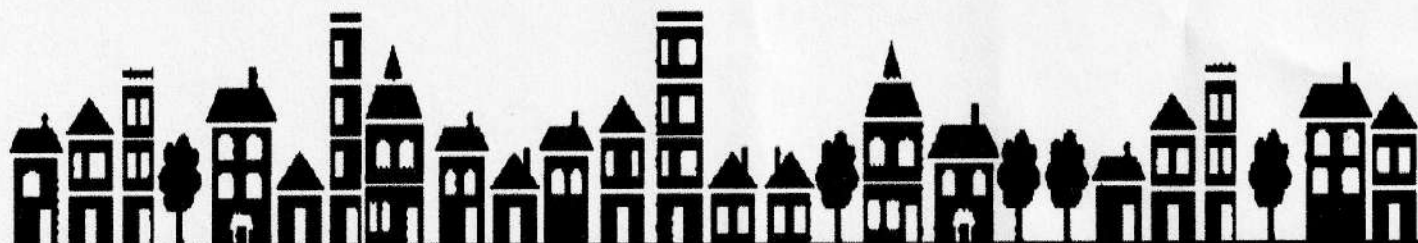
**お申込み方法 先着50名様限定 緊急事態宣言発出中は延期**

- ①東部まちセンへお電話 (0562-34-2933 10:00~16:00 月曜定休)
- ②直接、東部まちセン窓口へ (10:00~16:00 月曜定休)
- ③スマホからQRコードでのお申込み

**参加無料**

※感染症対策にご協力願います

当日、体温が37.5℃以上の方はご来場をお控えください。新型コロナウイルス感染症の予防にご協力願います  
(マスク着用・咳エチケット・手洗い、消毒・係員の指示)



会場 東部まちづくりセンター 2階ホール