

# 「自分らしく最期まで生きる」 これからの人生を考えよう！

開催日  
2024年  
10/5, 11/2  
sat

参加無料

人生100年時代。これから先も  
自分らしさをもって楽しく生活し  
ていくための考え方や価値・身体  
づくりについて一緒に考え  
学んでいきましょう！

第1回

## 人生100年時代のライフスタイル： 家族と地域から考える

日時 2024年10月5日（土）  
11:00～12:00  
開場 10:30～

講師

実践女子大学 人間社会学部  
人間社会学科 教授・学科主任

会場 日本赤十字看護大学

原田 謙 氏



第2回

## 健康で自分らしく生きるためのイキイキ体操

日時 2024年11月2日（土）  
11:00～12:00  
開場 10:30～

講師

日本赤十字看護大学  
さいたま看護学部 講師

会場 日本赤十字看護大学

白井 美穂 氏



主催 日本赤十字看護大学

各回定員50名 裏面に申し込み方法があります

### ■会場へのアクセス

1. 渋谷・恵比寿駅からバスをご利用の場合

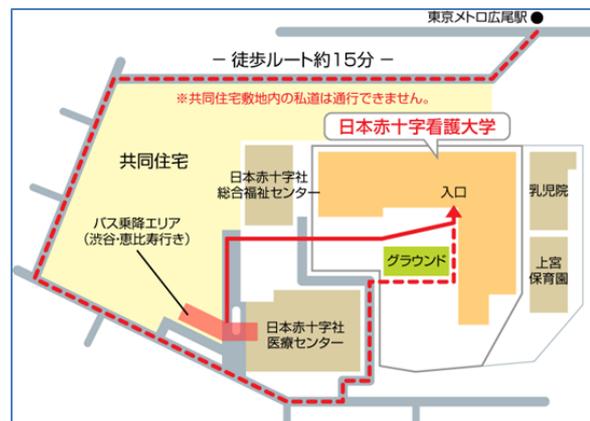
① 渋谷駅東口から都営バス「学03」系統 日赤医療センター行き終点下車

② 恵比寿駅西口から都営バス「学06」系統 日赤医療センター行き終点下車

2. 東京メトロ日比谷線広尾駅をご利用の場合

広尾駅からの徒歩ルート（約15分）

※共同住宅敷地内の私道は通行できません。くれぐれもご注意ください。





FAX番号 03-3409-0589

## 2024年度公開講座

■申込方法 下記のいずれかの方法でお申し込みください。

### 1.ホームページ

申込フォームURL <https://ws.formzu.net/dist/S343249440/>

申込フォームQRコード



### 2. ファックス または 郵送

下記に必要事項を記入し、FAXで送信または、郵送でお送りください。

第 回 ( 月 日 ) 公開講座申し込み ←必ず記載してください。

〒	—	氏名 (フリガナ)
住所		所属
メールアドレス		連絡先TEL
		— —

### ■申込〆切

第1回 10月5日 (土) 開催 (9/27 (金) 必着)

第2回 11月2日 (土) 開催 (10/25 (金) 必着)

### ■問い合わせ先

日本赤十字看護大学 企画課 公開講座担当

〒150-0012 東京都渋谷区広尾4-1-3

TEL. 03-3409-0924 FAX. 03-3409-0589

