

# 《げんきサロン講座》

老いは抗えない

## “自分らしさを生きるヒント！”

わかりやすくシニアをげんきにする。

# 「生きがいのある

講演

# シニアライフ」

《げんきとは、明るく交じらい、生きる意志》

老いを賢く楽しむ

人生100年時代の夢とロマン！ 健康寿命の延伸  
脳機能低下の防止 認知症疾患の予防 心理学の知見



わかりやすい実話に笑い声がもれ、元気になった、よかった、楽しかったとの声も聞かれた。某老人クラブ連合会60周年記念式典の市・団体来賓祝辞前50分講演。 →



### モットー

「生き生きを、粋意気に！」

講演・座談のプロデューサー

区のシニアたちをげんきにする

《げんきサロン講座の依頼者さま》

- ・企業、民間団体さま・横浜市区民活動支援センター全18区さま
- ・横浜市シルバー人材センターさま・横浜市内マンションコミュニティーさま
- ・横浜市地域ケアケアプラザさま・横浜市区センターさま
- ・横浜市小中学校コミュニティハウスさま・地域自治会さま
- ・老人クラブ連合会さま・横浜市老人福祉センターさま・民生委員協議会さま
- ・……ほか50代以上が集まる施設

企業や団体様の主旨やテーマを尊重します。

独自企画募集中！

ご遠慮なくお問い合わせください。

お問い合わせは、展示会主催の係員までお尋ねください。

## 「老いを賢く楽しむ」関連プログラム

- ☆「生きがいのあるシニアライフ講演」機軸のシニアライフを賢く楽しむ内容！
- ☆「シニアのコミュニケーション向上講座」被介護者になって困らないように！
- ☆「シニア仲間のおしゃべりサロンkai」自慢話しながら知的な井戸端会議を！

## 【聴衆の評価】



### ☆『2024年7月 ある区老ク60周年記念の講演』

：会長のことば

「区長をはじめご来賓の方も聴講していましたので、控え室でも皆さま楽しかったと、関心していました」

「会場内の皆さまの評判も上々で大喜びでした」

「お陰様で、記念式典を執り行うことができ、感謝いたしております」

「講演は笑い声も聞こえ参加者の皆さんに分かりやすく好評でした」

### ☆『2024年11月 ある趣味の民間団体』

：主催者側代表、担当のことば

「講演会はお陰様で盛り上がり有意義で、大変好評でございました。重ねてありがとうございます」

「今日は本当にありがとうございました。皆さんより、面白かった、良かったと評価を頂きました」

以上



## 【元気な企業・団体様向けメッセージ】

### 「げんきとは「明るく交わり、生きる意志」～

企業・団体様の講座・研修やイベントやの独自企画の問合せを受け付けています。

講師専門の心理学を機軸に、組織の活性化やコミュニケーションと人材教育などを含めた事業貢献です。

定年退職前後の従業員・ご家族、シニア単身世帯者など「次は何」と悩んでいる方を支えています。

自分らしさを発揮できる地域力づくり向上へのお手伝いです。

ご遠慮なくご連絡ください。

「生きがいのあるシニアライフ講演」終了後、生き生きを粋意気に進めましょう！

since1991教育講師 シニアのげんきサロン川口 整（ただし）の横顔

☆スキル：「シニアのげんきを心理学で支える」 ☆持ち味：声と態度がでかいこと

☆力 説：親族介護体験と胃がん疾患より「早期発見・早期治療」

☆所 属：日本健康心理学会会員 日本絵手紙協会公認講師 横浜市生涯学習ボランティア講師全18区登録  
横浜市シルバー人材センター会員・ハイスキル講師

☆技能化：前株式会社ビジネスコンサルタント コンサルタント部在籍・専門は組織イノベーション（行動科学）

☆協 力：厚労省事業キャラバン・メイト「認知症サポーター養成講座」開催講師

☆認 定：神奈川県事業「かながわ肝炎コーディネーター」 ☆資 格：認知症介助士、健検・健康マスター

お問い合わせ PCmail：zion21@topaz.ocn.ne.jp SMS：090-2531-1615