

# 誰しもいつかはおひとりさま ～ひとりの老後はこわくない～

配偶者がいる人もシングルもシングルアゲインも…

誰しもいつかはおひとりさま

いずれ来るひとりの老後を 女性だからといって

必要以上に恐れることのないように

今からできる心構えと準備をしておきませんか

【日 時】 11/7・11/21・11/28・12/5・12/19 全5回

土曜日 10:00～12:00

【会 場】 麻生市民館 第3会議室

【対 象】 30代～ 関心のある女性 25人

【申込み】 名前・住所・電話番号を記入の上、はがき・電話・来館にて

「誰しもいつかはおひとりさま」係 行き

【締切り】 10月20日(火) 必着

【主 催】 川崎市教育委員会

麻生市民館 TEL 044-951-1300

〒215-0004 川崎市麻生区万福寺1-5-2

《 講座の詳細は裏面参照 》

# 誰しもいつかはおひとりさま ～ひとりの老後はこわくない～

## 《 講座 学習予定 》

### 《 第1回 》

11月7日 (土) 10:00 ~ 12:00

気がつけば、ひとり  
～ひとりで生きる心構え～

### 《 第5回 》

12月19日 (土) 10:00 ~ 12:00

ひとりの老後はこわくない  
～誰しもいつかはおひとりさま～

講師：松原 惇子

(NPO 法人 SSS ネットワーク代表)  
著書『「ひとりの老後」はこわくない』  
『クロワッサン症候群』ほか



### 《 第2回 》

11月21日 (土) 10:00 ~ 12:00

すまいとシングルライフ  
～“終の棲家”と老後資金計画～

講師：金子 祐子

(ファイナンシャルプランナー)  
著書『シングルライフの老い支度』ほか

### 《 第3回 》

11月28日 (土) 10:00 ~ 12:00

認知症と介護保険  
～もしもの時の準備～

講師：古澤 眞尋

弁護士  
(横浜弁護士会 川崎支部)

ほか講師未定

### 《 第4回 》

12月5日 (土) 10:00 ~ 12:00

更年期障害を乗り越える  
～心と身体健康バランスについて～

講師：堀口 雅子

産婦人科医  
(女性成人病クリニック)

※お車でのご来館はご遠慮ください



【問合せ】川崎市教育委員会 麻生市民館

TEL 044-951-1300

〒215-0004 川崎市麻生区万福寺1-5-2