

よかもん!

踏み出そう一歩! 新たなチャレンジ

第5回

アラ還大会

退職した60代に必要なのはなんだろう?

人生を豊かに楽しむには「仲間と居場所を見つける」ことなのかもしれない。

出会うべき人と居場所に出会うために、一歩、外に出てみませんか。

ワクワクする、人生の展開が待っているかもしれません。

ご家族そろってお出かけください。

※「アラ還」とは、還暦前後の年齢を「アラウンド還暦」、略してアラカンと称しています。

2020年1月19日(日) メルカつきまち 5階



アラカンクラブ長崎
キャラクター
アラちゃん

参加者全員に
ガイドブック
プレゼント!



アラカンクラブ長崎
キャラクター
カンくん

Enjoy Your Life

開演 / 13:00 ~ 16:15 (開場 / 12:30)

長崎市は既に超高齢社会を迎えています。現役時代から高齢期へ向けて準備を始めましょう。長崎のよかもん! 50代、60代がこれからの人生を、仕事や健康、生きがいなどの素敵な毎日を送るきっかけづくりのためのイベントです。

人生の楽しみ方を学ぼう

NBCラジオプロデューサー
平松誠四郎さんと
「踏み出そう! 新しい一歩」のヒントを、一緒に見つけましょう!



団体ブース多数参加

退職後の時間を活かす
ヒントを見つける12ブース

- ◎食生活改善ブース(長崎市食生活改善推進員)
- ◎危機管理ブース(危険度判定 避難所指定(長崎市防災危機管理室))
- ◎「仕事」「趣味」「ボランティア」「介護」相談ブース

先着で
ぜんざい150杯
カステラ100個
祝い酒100杯あり。
最後に抽選会もあります!



人生をもっと
愉しもう!



主催 / 長崎市・ながさきダンカース倶楽部

長崎市 福祉部 高齢者すこやか支援課 長崎市桜町6-3(別館1階) TEL.095-829-1146

長く元気で!
プロジェクト
長崎市

このイベントは長崎市「長く元気で!プロジェクト」の一環です。