

／ 長生き時代に知っておきたい ／

# "おひとりさま"で 機嫌よく生きる

全2回  
参加希望者優先  
・  
各回参加  
も可



① 10.4 (水)  
14:00-16:00

② 10.11 (水)  
14:00-15:30

講師 『婦人公論』編集長  
三浦 愛佳氏

1972年生まれ、福岡県出身。大学卒業後、1995年に中央公論社（現・中央公論新社）に入社。文芸編集部を経て、2008年より『婦人公論』編集部に。特集デスク、副編集長を経験後、2018年6月より編集長に。2022年1月の月刊化では誌面リニューアルを手掛けた。



- 会場 : 大和市文化創造拠点シリウス6階 生涯学習センター610大会議室
- 対象 : 大和市内在住・在勤者
- 定員 : 各30名（先着）  
※ただし全2回参加希望者優先。
- 参加費 : ①300円 ②無料
- 持ち物 : 筆記用具
- 申込 : 9月10日（日）10:00～  
※市外の方は9月17日（日）10:00～  
申し込みを受け付けます。  
お電話または6階生涯学センター窓口・  
左下QRから。

講師 大和市  
おひとりさま政策課  
職員

## 講座内容

- ①『婦人公論』で多くのおひとりさまを取材・編集してこられた編集長の知見から、「おひとりさまで機嫌よく生きる」コツをお話しいたします。その後、参加者同士で簡単な感想を話し合います（20分程度）。  
STEP1⇒話すことで自身がイメージするおひとりさま像をより明確にします。
  - ②市職員より、大和で行われている事業などから終活準備のポイントについてお話しいたします。  
STEP2⇒明確になったおひとりさま像に向けて、具体的な方法を知ります。
- ※1回、2回通して受講いただいても、  
いずれかのご参加だけでも大丈夫です。



お申込・お問い合わせ

大和市生涯学習センター 046-261-0491

※天候や交通機関の運行状況及びその他不可抗力により、開催が中止となる場合がございます。  
※駐車場の数に限りがありますので公共交通機関でご来場ください。

Q YAMATOMIRAI イベント情報サイト ×

主催：やまとみらい（大和市文化創造拠点等 指定管理者）／大和市生涯学習センター

