

令和6年度

# 中川区セカンドステージセミナー

住み慣れた地域で、これまでの知識や経験、趣味を活かしながら、生きがいや人とのつながりを持ち、いきいきとしたセカンドステージ（次のステージ）を過ごすヒントとなるセミナーを開催します。ぜひご参加ください！

各セミナー終了後には、中川区でのさまざまな地域活動のご紹介や、地域活動で活躍している人との交流会を予定しています。

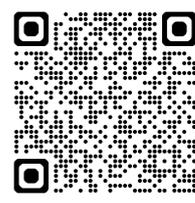
**参加対象** 中川区在住の65歳以上の方  
(③～⑤の講座を除く)

**要申込**  
定員超の場合は抽選

① 11月1日(金) **いつまでも元気にイキイキ！**

## 『ストレスに負けない健康生活』

ストレスに負けない4つのポイントやストレスとおなかの調子について学びます



申込専用  
2次元コード

13:30 ~  
2時間程度

講師\_名古屋ヤクルト販売株式会社

健康

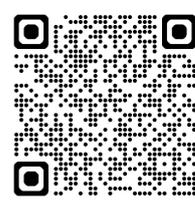
定員：30名

参加費無料

会場/中川区在宅サービスセンター

② 11月7日(木) **コーヒーの淹れ方教室**

本格的なコーヒーの淹れ方をマスターして、ご近所の人たちとのコミュニケーションに活用してみませんか？



申込専用  
2次元コード

13:30 ~  
2時間程度

講師\_富士コーヒー株式会社

趣味

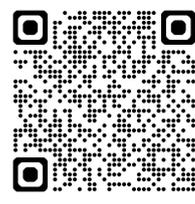
定員：30名

参加費無料

会場/中川区在宅サービスセンター

③ 11月16日(土) **親子でそなえる相続税対策講座**

相続税のしくみや「生前贈与」を含めた相続税対策など、相続税の正しい知識を学びます



申込専用  
2次元コード

13:30 ~  
2時間程度

**高齢者の  
ご家族も可**

講師\_じょうさい経営 尾野悟税理士事務所  
尾野 悟氏

生活

定員：150名

参加費無料

会場/中川区役所 講堂

主催：中川区役所・中川区地域包括ケア推進会議  
社会福祉法人名古屋市中川区社会福祉協議会  
事務局：社会福祉法人名古屋市中川区社会福祉協議会

(052) 352-8257 www.nakagawashakyo.jp



中川区役所



中川区社会福祉協議会

④

11/21 木

## 定年後の働き方

## &amp;シルバー人材センター出張入会説明会

人生100年時代！働くことを通じて生きがいとゆとりのある定年後の生活を図りましょう。名古屋市内では、約7,800名の高齢者が登録し就業しています



申込専用  
2次元コード



名古屋市シルバー  
人材センターHP

10:00 ~  
2時間程度

原則60歳から  
申込可能

(登録する場合の持ち物)

年会費1,200円 (3月までの月数×100円)

写真2枚 (たて3.0cm×よこ2.5cm 半年以内撮影)

銀行又は郵便局の通帳又は写し (振込先口座)

緊急連絡先 (2名分の氏名と電話番号)

講師\_公益社団法人名古屋市シルバー人材センター

就業

定員：30名

登録する場合は会費要

会場/中川区在宅サービスセンター

⑤

11/28 木

## 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症のことを理解し、地域で暮らす認知症の人を温かく見守ったり声かけしたりする身近な支援者です



申込専用  
2次元コード

13:30 ~  
2時間程度

高齢者の  
ご家族も可

講師\_認知症サポーターキャラバン・メイト

福祉

定員：30名

参加費無料

会場/中川区在宅サービスセンター

○申し込みについて

各講座案内に掲載の2次元コードを読み取りお申込みください。郵送・FAXの場合は下記参加申込書にて。親子やご家族など複数でお申込みになる場合は、それぞれでお申込みをお願いします。お電話によるお申込みも可。申込締切10月21日(月)まで

## 令和6年度 中川区セカンドステージセミナー 参加申込書

<申込締切：10月21日(月)>

■ 郵送先 〒454-0875 名古屋市中川区小城町1-1-20  
中川区社会福祉協議会

■ 電話 052-352-8257

■ FAX 052-352-3825

フリガナ		電話番号	
氏名	(年齢満 歳)	住所	〒 -
参加希望講座 (○をつけてください)		会場案内	
①11月1日 ストレスに負けない健康生活		中川区在宅サービスセンター (③以外)	
②11月7日 コーヒーの淹れ方教室		あおなみ線「荒子」・市バス「荒子駅」南へ徒歩8分	
③11月16日 親子で備える相続税対策講座		あおなみ線「南荒子」・市バス「南荒子駅」南へ徒歩5分	
④11月21日 定年後の働き方		中川区役所 (③のみ)	
⑤11月28日 認知症サポーター養成講座		地下鉄「高畑」3番出口：市バス「地下鉄高畑」徒歩3分	

中川区在宅サービスセンターは駐車場がありません。ご来場の際は必ず公共交通機関をご利用ください