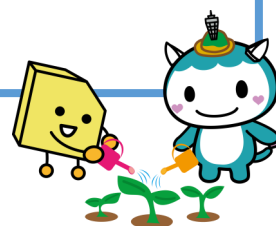





ミドルエイジのふじさわライフ ～からだづくり&マネープランのすすめ

「人生100年時代、これから先の人生も自分らしく輝いて藤沢で
過ごしたい……。その一歩として、改めて自分のからだ
マネープランに向き合ってみませんか？」



全2回

日時	第1回	第2回
日時	2023年10月21日（土）午前10時～正午	2023年10月28日（土）午前10時～正午
内容	こころもからだもしなやかに ～ピラティスを通して 前向きな自分づくり	定年後に向けた 安心マネーライフプランのすすめ
会場	藤沢公民館・労働会館等複合施設 (Fプレイス) 3階 多目的交流ホール(体育室)	藤沢公民館・労働会館等複合施設 (Fプレイス) 2階 多目的室1
講師紹介	飯田 理香 (いいた りか) 氏 ピラティスインストラクター 湘南藤沢の地でインストラクターとして活動を初めて約20年が経過しました。気がつけばミドルエイジ世代と呼ばれる50歳です。まだまだこれからも活躍していくにはこころとからだの健康が大切です。今回は私がレッスンしている『ピラティス』でぜひこころもからだもしなやかに前向きにを体感してみてください。 	秋山 友美 (あきやま ともみ) 氏 ファイナンシャルプランナー CFP® 2005年よりFPとして活動を開始しました。現在は、鶴沼橋の相談室にて20代～80代の家計相談をおこなっています。ライフプランや資産運用の講師としても活動し特に50代向けのライフプラン研修や人生100年時代の資産形成などの講座に力を入れています。  

～申し込み方法は裏面をご覧ください～

会場 藤沢公民館・労働会館等複合施設（Fプレイス）（藤沢市本町1-12-17）

↓下記地図参照

※ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。

対象・定員 市内在住、在勤の方で全2回参加できる方30人（抽選）

※抽選結果は応募者全員にEメールでお知らせします。

参加費 無料

申込み方法 次のいずれかの方法でお申し込みください。締め切り：9月29日（金）

(1) Eメール

件名を「ふじさわライフ」とし、①郵便番号、②住所、③氏名(ふりがな)、④年代、⑤電話番号を書いて、fj1-manabi@city.fujisawa.lg.jp までお送りください。

(2) 電子申請

「e-kanagawa電子申請ページ」からお申し込みください。

電子申請ページの二次元コードはこちら→→→→



生涯学習活動推進室（フラッポ）って？

藤沢市の生涯学習活動の拠点として、市民の皆さんが「いつでも、どこでも、だれでも」学びたいことを学ぶことができる場所です。

詳細は藤沢市のHPにてご確認ください。

藤沢市本町1-12-17 Fプレイス2階
お問い合わせ

【TEL】0466 (25) 8890

【FAX】0466 (25) 8891



二次元コードはこちら

マスコットキャラクターの
フラッポくんです♪

