

2021年3月 BAAシニアセミナー（オンライン開催）ご案内

人生100年時代、世界に例をみない急激な少子高齢化が進んでいるわが国では、社会・経済・生き方が急速に変わりつつあります。学びを始めるには年齢は関係ありません。同世代を生き抜いて来たシニアの方が楽しく学ぶ場です。これからの充実した人生を過ごすための情報を提供いたします。

3月テーマ：「健康寿命を延ばすには」

WHO（世界保健機関）が2018年に発表した世界平均寿命ランキング統計によると、1位は日本で男女の平均寿命は84.2歳でした。しかし、本当に延びてほしいのは健康寿命です。

「ぴんぴんころり」がいいですね。心身ともに健康で笑顔で長生きを目指しましょう。97歳の父親の実践例なども紹介し、医者だけにお任せしない免疫力アップの大切さを皆様と共有します。

☆ 日 時：3月1日（月）15：00～16：30

☆ 開催方法：オンライン（ZOOM）により開催します。

☆ 参加費：無料（BAA個人会員及びBAA会員企業OBも参加できます）

☆ 参加方法：参加申し込みされた方には、事前に招待メールを連絡しますので、自宅のパソコンから参加して頂きます。（ZOOMでの参加方法が不明の方・初めての方は事前に説明致します。（事務局担当：大庭：ooba@baa.or.jp までご連絡下さい）

☆ 講師：九鬼 眞弓 氏 ライフデザイン・アドバイザー、
産業カウンセラー、キャリアコンサルタント
大切にしている事：心身の健康、地産地消、笑顔、ときめき、
許す心、調和、共存、みんなそれぞれでいい



..... BAAシニアセミナー申込書

下記の講座を申込します

ふりがな
名前：

Eメール：

電話番号：

出身企業：

住所：〒

申込講座日	講師	参加講座 に○印	講座の内容
3月1日（月）	九鬼 眞弓 氏		健康寿命を延ばすには

お申込先メール：ooba@baa.or.jp（大庭） kitamura@baa.or.jp（北村）

FAX：03-3437-2510

この用紙（フォーム）でメール又はFAXでお申込み下さい。