

## 人生 100 年時代！

# 60・70・80・90代の 楽しい暮らしを考えるフォーラム

生きることは楽しい

「ひとり力」を鍛え、発揮する暮らしをしたい

1. 開会 13:00
2. 主催者挨拶①  
高齢者住宅情報センター 大阪センター長 米沢なな子
3. 主催者挨拶②  
株式会社コミュニティネット 広報営業部長 村岡鮎香
4. 第1部 13:10～  
「ひとり力」を鍛える暮らし方～年を重ねてわかる私の好きなこと～  
料理研究家 清水信子さん
- \* 休憩(20分) 14:10～14:30
5. 第2部 14:30～15:25  
パネルディスカッション 自分らしく暮らす「住み替え」という選択  
コーディネーター 米沢なな子 高齢者住宅情報センター／大阪センター長  
パネリスト 清水信子さん 料理研究家  
石黒浩子 ゆいま～る大曽根ハウス長  
ゆいま～る大曽根に住み替えた方々  
(林由紀子さん、榎戸通博さん、稲垣美津江さん)
6. 終わりに 15:30 終了予定

終了後は、自由に入居者との懇談ができます。住まいのご相談にも応じています。