

中高年者のための

人生リバイバル・プログラム



変わる



知る



生きる

ご挨拶

社会が大きく変動する中で、人々の働き方も激変しています。また、社会情勢が不安定な中で、先行き不透明な未来が、人々に重くのしかかっています。わたしたちは知らず知らずのうちに、負荷の大きな生活を送り、自分の人生に対して柔軟な考え方を持つことができなくなっています。それがまた、わたしたちの人生を生きづらいものとしているように見えます。

このたび、わたしたち東京大学と飯田市はともに手を携えながら、人生に悩んでいる人々、とくに人生の転機に立つ中高年の方々に応援するプログラムを実施することになりました。この社会を少しでも「人が生きるに値する社会」へと近づけることができればと考えております。多くの方々のご参加をお待ちしております。

セミナー概要

- (1) 2011年11月18、19日 : 東京セミナー
- (2) 2011年11月25、26、27日 : 飯田セミナー
- (3) 2011年12月3日 : まとめ上げセミナー

※詳細は裏面

募集要項

対象者 : 人生の転換点に立っている中高年者

募集人数 : 20名

経費 : 30,000円(1名)

※応募者多数の場合には、選考の上、結果をお知らせします。

お申し込み方法

募集期間 : 10月24日(月)～11月6日(日)

ウェブ上の申し込みフォームより、お申し込みください。

<http://p.tl/pF3r>

(または「東大心理下山研」で検索)

※郵送での受付をご希望の方(11月4日必着)

別紙のお申し込み用紙をご利用ください。

受講通知 : 11月11日までに受講票を送付します。

セミナー詳細

※予定が変更される場合もありますので、あらかじめご了承ください。
最新の情報は、Web サイトにてご確認ください。

(1) 東京セミナー

11月18日(金) 会場：フォレスト本郷(宿泊)

18:00 全体オリエンテーション／食事／交流

20:00 第1講 私たちの存在と社会／中高年者の生き方
【牧野】

21:30 第2講 中高年者のメンタルヘルス(1)【下山】

11月19日(土) 会場：東京大学臨床心理学演習室

10:00 第3講 若々しく生きるために／中高年者の心と体
【村山・菅原】

11:40 第4講 中高年者のメンタルヘルス(2)【下山】

14:00 第5講 人生転換の心構え(1) 【高橋】

15:40 第6講 人生再設計／再出発の経験と心構え(1)
【常野ほか経験者】

(2) 飯田セミナー

11月25日(金) 会場：飯田市(農家民泊)

13:30 第7講 飯田市紹介・飯田ライフ

【高橋つかさ】

午後 受入農家との対面式・農家民泊

11月26日(土) 会場：飯田市(農家民泊)

午前 各農家にて農業体験等

13:30 受入農家との対面式

午後 農業体験等・農家民泊

11月27日(日) 会場：飯田市

9:00 第8講

人生を真剣に楽しく過ごす生き方(1)【羽場】

午後 体験・飯田市観光

13:30 第9講

人生を真剣に楽しく過ごす生き方(2)【桑原】

(3) まとめのセミナー

12月3日(土) 会場：東京大学臨床心理学演習室

10:30 第10講 人生再設計／再出発の経験と心構え(2)
【常野ほか経験者】

13:00 第11講 人生転換の心構え(2) 【高橋】

14:40 第12講 ふりかえりワークショップ
【下山・高橋・牧野】

16:30 懇親会

※受講をお認めした後にキャンセルが出ますと、宿泊の手配など支障を来します。やむを得ない場合を除き、キャンセルはご遠慮ください。また、どうしてもキャンセルされる場合には、事前にご連絡ください。

ご連絡

「人生リバイバル・プログラム」についてご質問等ございましたら、下記連絡先までお問合せ下さい。

E-mail: jinsei.rp@gmail.com

電話(留守電): 03-5841-3974

<郵送でのお問い合わせ>

〒113-0033 東京都文京区本郷7-3-1

東京大学教育学部

生涯学習基盤経営コース事務室(221号室)

「中高年のための人生リバイバル・プログラム」実行委員会

牧野 篤(東京大学大学院教授)

下山晴彦(東京大学大学院教授)

高橋美保(東京大学大学院准教授)

高橋 充(南信州観光公社代表取締役)

池田征人(NPO 法人しんきん南信州地域研究所理事長・飯田信用金庫理事長)

牧野光朗(飯田市長)

飯田市の風景

