

# キャリアアップコース

## わくわく人生100年時代 ～第2・第3の人生を楽しむ～

50歳以上  
限定講座

50歳以上の方を対象に、人生100年時代と言われる近年、第2・第3の人生を考えている方の為の講座を行いました。

**第1回** 人生100年時代の心得 10/16  
～第2、第3の人生は当たり前～ (水)

**第2回** 「趣味をいかす」という選択肢 10/23  
～「好き」で「しごと」をつくる～ (水)

NPO法人RyuSun

理事長 **仲村竜一先生**

人生100年時代とはなにか、第2・第3の人生のステージについて自身の生き方を振り返りつつ講座しました。



くまもと県民カレッジ受講生

**國本聡子先生**

植物染色者として、第2の人生を歩むまでのいきさつと2枚目の名刺(現在の名刺と別)を作成するグループワークをしました。



**第3回** 「ボランティア」という選択肢 11/6  
～喜んでくださる事が私の喜び～ (水)

**第4回** 「生涯現役」という選択肢 11/20  
～まだまだ働ける、まだまだ働きたい～ (水)

あさぎり町ボランティア観光ガイド

**上杉芳野先生**

波乱万丈な人生から現在のボランティアガイドの話まで、明るく楽しく、受講生全員で盛り上がる講座でした。人生の楽しさを学びました。



団体事務局長、熊本落語長屋世話人代表

**上田博司先生**

20代から落語に親しみ、退職後も落語を中心に様々な活動を行っております。現在に至るまでを落語さながら冗談を交え講義しました。



**第5回** さあ、何から始めよう 12/11  
～今できること、今後すること～ (水)

NPO法人RyuSun

理事長 **仲村竜一先生**

第1回に引き続き、人生100年について講義。明日から何を始めるか、グループワークをして考えました。



▲ 講 義 の 様 子

### 受講生の感想

- ・いろいろな働き方、ボランティアのやり方好きな事から仕事にされている方もいらっしゃる事などわかりました。人生100年時代今からでもがんばれると思いました。
- ・明日からまず第一歩何をすべきかがみえてきました。
- ・上杉先生のCDを職場で聞かせて頂いて皆さんで歌って笑顔になっています。
- ・さまざまな方の人生にふれることができ、これからののはげみになります。ありがとうございました・・・♡