



# ライフシフトの視点から [夫婦関係を考える]グループ・ワーク

新講座

ファシリテーター：古郷俊朗  
Coファシリテーター：梅田耕潤

目的（ねらい）100年時代の人生を充実して生きるための極意

人生100年時代では、定年後30年を超える時間が我々には与えられることとなります。その貴重な時間を、夫婦関係を今までとは異なる視点から考え「活き活き」と生きるため方策をともに考えてみませんか？ そのひとつのヒントとして、定年後にこそ「良好で適度な距離の夫婦関係をつくることだ」とライフシフト理論は述べています。

本講座では、最大8人程度のグループで、お一人お一人にご自身のことを語っていただき、それをメンバー全員で聴き共有していきます。このグループ・ワークを通して、これからのご自身の夫婦関係をどうしていくか、いきたいかが見えてくるでしょう。良い悪いや定式はありません。メンバー全員の創造的営みを大切にしていきます。また、話された内容の守秘義務は遵守いたします。ご参加をお待ちしております。

【日 程】2019年11/6、11/13、11/20、11/27

（いずれも11月の毎水曜日）各回 18:30～20:30(2時間)

【定 員】最大8名 【会 場】NPO CESC(神田神保町)

【対 象】定年後の夫婦関係、グループワークに興味のある方  
男女を問いません。

【参加費】4回通しの参加費となります。

[セスク会員]

2万円プラス消費税

[セスク非会員]

3万円プラス消費税(ただし、申込時にセスク年会費6千円を別途お支払いいただければセスク会員料金で参加いただけます)

【申 込】<http://www.npo-cesc.or.jp>の申込フォームから、

又は下の申込書を03-3233-3364にFAXする。

※申込受理後、メールを返信いたします。

古郷俊朗(こきょう としろう)

60歳で保険会社を定年退職後、大学院で心理を学ぶ。ネット相談、離婚相談経験多数。CESC 運営理事 臨床心理士

梅田耕潤(うめだ こうじゅん)

製造業在職中は、コーチング、ヒューマンスキルに注力しながら、営業、人事、教育、広報、の各職務に従事。2015年定年退職。産業カウンセラー。

## 申込書 「ライフシフト」

記入日 年 月 日

※氏名（ふりがな）	※住所（〒 - ）
※携帯番号または自宅電話番号	携帯 mail（分かりやすい字で必ず記入ください。）
※年齢（○印）⇒ 50歳未満、50代、60代、70代 80歳以上	PC e-mail（分かりやすい字で必ず記入ください。）
※性別（○印）⇒ 男 女	

※印は必須

特定非営利活動法人カウンセリング教育サポートセンター

〒101-0051 千代田区神田神保町1-34 風間ビル3階

URL <http://www.npo-cesc.or.jp>

TEL 03-3233-3363 FAX 03-3233-3364