



ミドルシニアの人生を明るく生き活きと！



40代50代以降のミドルシニア世代を対象とした講座「ミドルシニアの人生を明るく生き活きと！」を開催しました。参加者には一人1冊テキストが用意され、講師からの説明を受けて感じたことを書き込み、ペアの人とお互い良い点を伝え合う時間を設けました。講師は「人生の折り返しをネガティブに捉えず、前半で培ったものを活かし後のエネルギーに変え、新たなステージに進む事が大切」と講座を締めくくりました。

一般社団法人 ビーエルエス協会