

東京都多摩消費生活センター 受講者募集のお知らせ

知ってトクする暮らしの連続講座

オンライン講座です!

～人生100年時代を安全に安心して生きるために～

ミドルライフ・シニアライフをサポートする講座をご用意しました。消費者トラブルにあわないために知っておきたいことを選びすぐりの講師陣がお話します。皆様のご参加をお待ちしております。



10/8 人生100年時代をどのように生きるか
～ライフプランをたてよう～

(金) 講師：小谷 みどり
(一般社団法人シニア生活文化研究所 代表理事)

11/19 人生100年時代の生活設計
～老後資金はいくら必要?～

(金) 講師：向藤原 寛
(東京都金融広報委員会 金融広報アドバイザー)

10/15 高齢者住宅の種類と選び方
～危ない高齢者住宅を見抜くには～

(金) 講師：今井 紀子
(株式会社ニュー・ライフ・フロンティア
有料老人ホーム・介護情報館 館長)

11/26 フレイルを予防するために
いま、できること

(金) 講師：清野 諭
(東京都健康長寿医療センター研究所研究員博士 (スポーツ医学))



10/21 便乗商法にご用心!
～それ、大丈夫?騙されていませんか?～

(木) 講師：瀬戸 和宏 (弁護士)

12/3 「いざとなったら考えよう」ではちょっと
遅い? 老後の財産管理は元気なうちの雑談
がカギ ～成年後見制度と民事信託～

(金) 講師：村山 澄江
(司法書士村山澄江事務所 代表 司法書士)

11/5 生前整理でスッキリ生きる
～プロから学ぶ生前整理術～

(金) 講師：徳山 弘美
(エール&ワーク代表 生前整理アドバイザー 上級認定指導員)

12/10 賢い遺言書の書き方と相続の考え方
～相続トラブルを避けるコツ～

(金) 講師：村山 澄江
(司法書士村山澄江事務所 代表 司法書士)



11/12 高齢期にかけての食生活と健康
～腸内フローラを整えて心も体も元気に!～

(金) 講師：篠田 粧子
(東京都立大学大学教育センター、プレミアム・カレッジ特任教授)

12/16 多様化する葬儀とお墓
～最近の葬儀とお墓事情～

(木) 講師：小谷 みどり
(一般社団法人シニア生活文化研究所 代表理事)



○募集人数：各回、オンライン受講 70名(ライブ配信)、会場受講 30名

○講義時間：各回 14:00 - 15:30(90分)

今後の感染症拡大の状況により、会場開催が中止になる場合がありますので、予めご了承ください。

○対象

都内在住・在勤・在学の方



○受講方法

オンライン(ライブ配信)または会場受講

※PC・ネット環境が整わない場合は会場での受講が可能です。
※どちらか1つをお選びいただき、お申込ください。

○申込方法

東京都募集中の講座 検索

電子申請

※この方法が困難な場合はご相談ください。

<https://www.shouhiseikafu.metro.tokyo.jp/manabitai/koza/center/renzoku210804.html>



○申込締切

令和3年9月14日(火)(受信有効)

※応募者多数の場合は抽選

※受講の可否については、9月末までにメールにてお知らせいたします。

受講料：無料

(ただし、通信料等は自己負担)

問い合わせ・申込先・会場

東京都多摩消費生活センター

TEL:042-522-5119

東京都立川市柴崎町2-15-19

東京都北多摩北部建設事務所3階



- ・JR立川駅南口から徒歩10分
- ・多摩都市モノレール
立川南駅から徒歩8分

オンライン講座の参加にあたっての注意事項

オンライン講座の参加にあたっては、以下の事項についてご確認の上ご参加ください。

- ・本講座は、Microsoft Teamsを利用した講座です。
- ・スマートフォンでの受講も可能ですが、資料が見やすいPC・タブレットでの受講を推奨します。(タブレット及びスマートフォンをご利用の場合は、Microsoft Teamsアプリのインストールが必要です。)
- ・参加には通信機器とインターネットの接続環境が必要となりますので、ご自身で事前の準備をお願いいたします。
- ・インターネット環境としては、web上で動画が問題なく見られる程度のWi-Fi環境等が必要となります。Wi-Fiではなく、4G等スマートフォンのモバイル通信をお使いになる場合は、通信料が高額となる場合や、速度制限により視聴ができなくなる場合がありますので、ご注意ください。
- ・参加者に送付される視聴用URL及び資料等の無断転載や第三者への譲渡はご遠慮ください。
- ・講座の録音・録画はご遠慮ください。