

市民企画講座

素敵な人生の 見つけ方

令和8年

10/18(日)

午後1時30分～

輝く
あなたを
再発見

何があっても
前向きに生きるヒントとは？

実は主役は
あなた！

～杉角講師からのメッセージ～

私は心元気な81歳です。昨秋来、思わぬ病を経験し、只今闘病中です。

今回のセミナーでは、

- ・この病と出会ってみて、出会ったからこそ見えてきたステキなこと。
- ・どんな課題も、自分の捉え方次第で乗り越えることができるということ。
- ・『精神と体の関係』って、こんなにも密接だったのだ！ということ。

などの話の中から、『よりよく生きるヒント』を一つでも見つけていただけたら幸いです。



・ 日時 令和8年10月18日(日) 午後1時30分～4時00分

・ 場所 あきる野市中央公民館

・ 講師 杉角光枝氏 (公益財団法人モラロジー道德教育財団生涯学習センター教育相談員、
研修担当アドバイザー、モラロジーカウンセラー)

・ 定員 40名

・ 参加費 無料

・ 申込方法 公民館へ直接、電話又は2次元コードから

Tel. 042-559-1221



この2次元コード10月1日から使えます

【あきる野市中央公民館アクセス】

住所:東京都あきる野市二宮683番地

TEL: 042-559-1221

車で来る場合

五日市街道「市民体育館前」信号を入り左側に立地

電車・バスで来る場合

・JR 五日市線「秋川駅」下車

西東京バス 福生駅行(乗車時間約 3 分)

「東中学校入口」バス停下車 (徒歩 2 分)

・JR 青梅線「福生駅」西口下車

西東京バス 秋川駅行

または【あきる野市役所経由】五日市駅行(乗車時間約 10 分)

「東中学校入口」バス停下車 (徒歩 2 分)

