

主催：さわやかちば県民プラザ

ちばアカデミア講座5

# ウェルビーイング ～よりよく生きる ためのヒント～

人生における自分自身のあり方や、よりよく生きることを  
テーマに講演やワーク等を交えて学びます。

講師

武蔵野大学ウェルビーイング学部

くす きよのぶ  
講師 楠 聖伸 氏



日時

令和8年1月31日(土)午後2時～午後4時

場所

さわやかちば県民プラザ 3階 中研修室2  
及びオンライン開催

※希望する公民館等で映像配信によるサテライト講座も開催予定  
公民館等での開催については当所までお問合せください。

講座  
詳細

【定員】対面及びオンライン 各60名（定員を超えた場合は抽選）

【対象】どなたでも

右の二次元コードを  
クリック。

【参加費】無料

詳細ページ内から  
お申込みができます。

【申込締切】1月24日

【申込方法】

(1) Web: 当所ホームページよりお申込みください。

※オンラインでの受講を希望されている方は必ず Web でお申込みください。

(2) 電話: 氏名、住所、受講方法、電話番号をお伝えください。

(3) 来所: 総合受付で指定用紙に必要事項を記入してください。

※メールアドレスをいただいた方には、1週間前を目途にメールで受講決定の連絡をします。

講座の中でグループワークを行います。オンライン受講者はブレイクアウトルームを使用して  
行います。ご承知おきください。

