

期待高まる シニアの地域デビュー

～人生を豊かにする第一歩～



60歳以降でも約10万時間はあるといわれる余暇時間。

元気で、知識や技術を持ったシニア世代の皆さんの活躍が期待されています。

お仕事、ボランティア活動や、更なる学習！ちょっと気になるところを活動事例を交えてご紹介しします。地域活動実践者も登壇。自分に合ったライフスタイルを考えてみましょう。

日時 11月28日(金)
13:30～16:30

会場 生涯学習センター3F 大研修室
対象 市民(おおむね50歳以上の方)
定員 30人(応募多数の場合は抽選)
参加費 無料
申込締切 11月14日(木)必着
申込方法 往復はがき、FAX、Eメール

講師： 松本すみ子さん

「NPO法人シニアわーくすRyoma21」
理事長。シニアライフアドバイザー
／産業カウンセラー／キャリアコンサルタント。
2000年からリタイア後のライフスタイルと地
域活動の提案を行う。
企業・自治体・大学研究機関・メディアには、当
事者目線のシニア動向研究と市場分析を提
供。
著書に『地域デビュー 指南術～再び輝く団塊
シニア～』(東京法令出版)など。
7月27日NHK「さきどり」に専門家ゲストとし
て出演



事例発表 ～活動実践者紹介～

坂元式子さん

・千葉市生涯学習ボランティアの会「タオル帽子」として、抗がん剤の副作用で脱毛に悩む方に向けたタオル帽子作りをしています。

増田信則さん

・サラリーマン川柳、読売新聞「よみうり時事川柳など」に入選しました。NHK文化センター千葉教室にての講座や「脳内活性化」の講演をしています。

〒260-0045
千葉市中央区弁天3-7-7 学習支援グループ
TEL 043-207-5816 FAX 043-207-5817
E-mail: kouza@chiba-gakushu.jp

詳しい申込方法に関しては、
裏面をご覧ください。

～ FAXでお申し込みされる方は、
切らずにこのままお送りください ～

参加申込書
FAX 043-207-5817



講座名：期待高まるシニアの地域デビュー～人生を豊かにする第一歩～

氏名(ふりがな)		男 女	年齢
住所 〒 -			
TEL		FAX (ご本人に応募結果をお知らせできるFAX番号)	

講座内容

- ・定年後にはどのような生活が待っているか。
- ・現代のシニア世代は社会でどのようなスタンスにあるのか。
- ・どのような期待を背負っているのか。
- ・様々な現実を見据えて、自身のセカンドライフをどのように設計し、充実した人生をおくれるか。
- ・活動実践者の事例発表 など



募集内容

対象：市内在住、在勤、概ね50歳以上の方
定員：30人（多数の場合は抽選）
場所：千葉市生涯学習センター3階大研修室
参加費：無料

申し込み方法：（往復はがき、FAX、E-mail のいずれかで）

- ①講座名「期待高まるシニアの地域デビュー」と記入
- ② 〒・住所 ③ 氏名（ふりがな） ④ 年齢
- ⑤ 電話/FAX番号 ※往復はがきの場合は、返信用に宛先を明記の上、お申し込みください。

締切：11月14日(金)必着

※FAX、E-mailでのお申し込みの場合は、4日以内に申し込み受理の確認の連絡をさせていただきます。4日を過ぎても連絡がない場合は、お問い合わせ下さい。

問い合わせ先

〒260-0045 千葉市中央区弁天 3-7-7
千葉市生涯学習センター 学習支援グループ
電話：043-207-5816 FAX：043-207-5817
E-mail：kouza@chiba-gakushu.jp
HP：http://chiba-gakushu.jp

《交通のご案内》

- * JR千葉駅から徒歩8分
- * 千葉モノレール千葉公園駅から徒歩5分

