

要申込

松戸市シニア交流センター主催講座  
— 定年退職後どうする！？ —



# アクティブシニアライフのすすめ

人生100年時代。いつまでも健康で生きがいや役割をもって社会参加できる生涯現役社会の実現に向けて、定年退職後も元気に充実した生活を送る「アクティブシニア」になるための講座です。



2022 (令和4) 年  
3/19 (土)  
13:30~15:30

こんな方におすすめ！

- ・定年退職後、何をしたらよいかわからない方
- ・やりたいことがあるけど、どうしたらよいかわからない方
- ・新しいつながりや居場所を探している方

オンライン  
(Zoom) 開催

13:30~

講師 <sup>なかみぞ</sup> 中溝 <sup>かずひと</sup> 一仁 氏 (東京経営短期大学 経営総合学科講師)



### 【講師プロフィール】

- ・東京経営短期大学経営総合学科講師、総合ビジネスコース長
- ・研究テーマは「高齢社会における余暇活動」
- ・故日野原重明氏 (元聖路加国際病院名誉院長) が設立した「新老人の会」富士山支部の立ち上げに携わり、氏の講演会を3度主催する。
- ・静岡でICT関連企業の代表取締役を務める傍ら、街づくりに関連する一般社団法人の代表理事、経営者・社会人向け勉強会「リスクマネジメント研究会」、「ドラッカー研究会」など4つの会を主宰する。
- ・修士 (社会学)、静岡市出身。

15:00~

事例紹介① <sup>もりた たかひこ</sup> 森田 貴彦 さん

15:15~

事例紹介② <sup>はらだ けんいち</sup> 原田 謙一 さん

- ・認定NPO外国人の子どものための勉強会理事
- ・特定非営利活動法人 人材パワーアップセンター 福祉サービス 第三者評価者

- ・プロボノワーカー
- ・都市型介護予防モデル「松戸プロジェクト」 パートナー

・地域とは全く関係を持つ機会もなく過ごしていたが、奥様から紹介された市の「地域活躍塾」をきっかけにNPO外国人の子供のための勉強会 (ESCO) とNPO人材パワーアップセンター (JPUC) に所属。  
・ESCOで新松戸教室を立ち上げ、小学生から高校生が通う教室の責任者としてボランティア・スタッフとともに活動している。  
・JPUCでは福祉サービス第三者評価訪問調査者の資格を得てグループホーム、保育所、社会的養護関係施設の評価活動をしている。



・地元の工学部卒業後、建築会社に勤務。その後渡米、3年間留学し、帰国後IT系会社に37年勤務。  
・2019年にJICAに応募しガーナでPCインストラクターとして派遣予定であったが新型コロナ影響で延期となり、ボランティアを探していたところでプロボノを知る。  
・プロボノではIT関係の能力を活かし、ボランティア団体のパンフレット作製やオンライン化支援に携わる。



【申込締切】 **3月16日 (水)**

【プロボノとは】 社会的・公共的な目的のために自身の職業上のスキルや専門知識を生かして取り組むボランティア活動のことを言います。

※お申込み後、お伺いしたメールアドレス宛にZoomのミーティングIDとパスワードをお送りします。  
※参加にかかる通信費は参加者の負担となります。

【お問合せ】 松戸市 福祉長寿部 高齢者支援課

【お申込み】 ちば電子サービス または 電話 にて

TEL : **047-366-7346**

【市ホームページ】 <https://www.city.matsudo.chiba.jp/>



「ちば電子サービス」  
QRコードをスマートフォンで読み込んでください。

# 松戸市シニア交流センターのご紹介

当施設は、高齢者の方々が住み慣れた地域や家庭において自己の個性や能力を最大限に発揮し、生きがいをもって生涯を過ごす支援を行うことを目的として開設されました。

館内には高齢者の活動支援を行う団体等の事務所をはじめ、地域の方がご利用いただける会議室や交流スペースがありますので、お気軽にご利用ください。



開館時間 9:00~18:00  
 閉館日 毎月第4日曜日、年末年始(12/29~1/3)  
 設備 駐車場 30台(障害者用2台) 駐輪場あり  
 電話番号 047-343-0521  
 住所 松戸市旭町一丁目174番地(馬橋駅から徒歩25分・バス10分)

## 1F 交流サロン

地域の皆様が自由に集えるスペースです。夏は涼み処などとして自由にご利用いただけます。



## 2F 貸会議室



大会議室

小会議室

クラブ活動や町会の集まりなどにご利用いただけます。  
 ・大会議室 112㎡(定員70名) 利用料:550円/h  
 ・小会議室 50㎡(定員30名) 利用料:270円/h



## 1F 公益社団法人 松戸市シルバー人材センター

高齢者に働く機会を提供し、生きがいの充実、社会参加を図ることにより、高齢者の経験や能力を生かした活力ある地域社会づくりに寄与することを目的とした団体です。臨時的かつ短期的又はその他軽易な就業をご紹介します。定期的に入会説明会を開催していますので、お気軽にご連絡ください。

【電話】047-330-5005

【開所】午前8:30~午後5:00 ※土日、祝日、年末年始は休み



## 2F 松戸市はつらつクラブ(老人クラブ)連合会



市内にある老人クラブの連合会事務所です。現在、市内に11支部、186クラブがあり、約7,000人ものがいいます。各老人クラブでは、健康づくりや趣味、グランドゴルフなどのスポーツ活動をはじめ、社会貢献・防犯活動など、幅広く楽しく元気に活動しています。連合会主催のイベントもたくさんあります。仲間と一緒に楽しいシニアライフを送りませんか?

【電話】047-343-0571

【開所】午前9:30~午後3:00 ※土日、祝日、年末年始は休み



## 3F おやこDE広場 旭町

運営: NPO法人 子どもの環境を守る会 Jワールド

おやこDE広場は、おおむね0歳から3歳の乳幼児とその保護者が気軽に集える場所です。遊びや交流、友達づくりの場、子育て相談の場として是非ご利用ください。

【電話】080-3285-7673

【開所】午前9:30~午後4:30(月・火・木・土)

※水・金・日・祝日、年末年始は休み

※新型コロナ感染対策のため、予約制になる場合がありますのでお問合せください。

