

あなただから  
出来る

# もう 1 人の自分発見！

～今、なぜボランティア？～

令和3年 **10月9日(土)**

13:30～16:00(13:00 受付開始)

【場所】長野市ふれあい福祉センター5階ホール

【対象】市内在住の55歳以上の人

【定員】40人(先着順)

【参加費】無料



## お気軽にご参加いただける ボランティア講座です

- ★地域での居場所や仲間づくりについて考えるようになった
- ★定年後の在りかたの選択肢として、地域貢献に興味を持った
- ★出来そうなことがあれば、空いた時間に気ラクに関わりたい…などの方

お待ちしております  



三ツ木 辰巳 氏

- ・MIC 教育心理研究室 室長
- ・元三輪小学校長
- ・長野市ボランティアセンター運営委員

## 内容

### 1. ボランティア活動の事例紹介

ながの男の脳喝倶楽部 桑野 康夫 氏

長野信用金庫地域みらい応援部 下平 満範 氏

### 2. 地域とのつながり、居場所づくり、定年後の人生のあり方について

講師：三ツ木 辰巳 氏 (MIC 教育心理研究室 室長)

ソーシャルディスタンスの確保、換気、マスク着用の依頼等、新型コロナウイルス対策を徹底して開催します

お申込み  
&  
お問合せ

お電話で「ながのシニアおしごとサポートセンター [TEL:026-217-6013](tel:026-217-6013)」にお申込みください  
平日 9:00～17:00 9月21日(火) まで

主催：長野市生涯現役促進協議会(事務局：長野市商工労働課雇用促進室・高齢者活躍支援課)  
協力：長野市ボランティアセンター