

「人生 100 年時代」 より豊かに生きるために ～自分らしい輝き方を見つけよう～ 【第2回】

令和4年**5月21日(土)**

【時間】 13:30～15:30 (13:00 受付開始)

・ワークショップ

内山 二郎 氏

・ボランティアについて

長野市ボランティアセンター

【場所】 長野市ふれあい福祉センター

5階ホール

【対象】 長野市在住の55歳以上の人

【定員】 40人 (先着順)



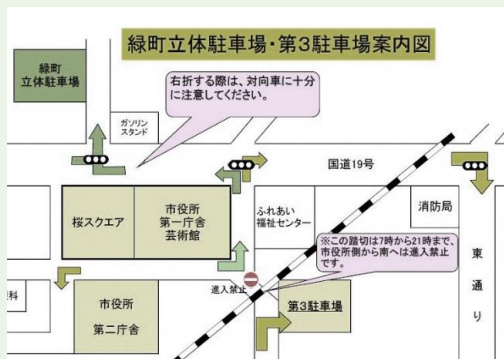
全3回講座ですが、
2回目からのご参加も大歓迎です

前回は、人生 100 年時代の現状と課題
を確認し、参加者がこれから叶えたい
夢や人生について語り合いました

今回は、それぞれの人生を振り
返り、『人生道路地図』に表し、
自分の経験、強み、得意ワザなど
を活かしたシニアライフについ
て考えます

講師 内山 二郎 氏 (フリージャーナリスト)

長野を拠点に障害者福祉、国際理解、
人権問題、市民活動、地域づくり、高
齢者の社会参加などに関わる。現在、
傾聴、コミュニケーションなどに関
する執筆・講演・セミナー・大学の講
師を務めるなど幅広く活躍中



お申込み
お問合せ

電話 **026-217-6013** 平日 9:00～17:00

申込締切 5月11日(水) 申込先 **ながのシニアおしごとサポートセンター**

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