

おおむね**40**歳以上の
区内在住・在勤の方向け

～ セカンドライフ応援セミナー ～

生きがいデザイン セミナー

申込方法

電話またはメールでお申込み
ください。

メールでお申込み
いただく場合は「生
きがいデザインセミ
ナー申込み」と明記
し、氏名、住所、電
話番号を記載して
ください。



↑こちらからも
申込みが可能です

令和6年**2月7日(水)**
10:00～12:00
中央区役所8階大会議室
(中央区築地1-1-1)

定員**50名** **参加費無料**
事前申込先着順

働きたい

ボランティアを
始めてみたい

趣味や特技を
生かしたい

応援します！
自分に合った生きがいを
見つけませんか？

第1部 事業紹介

各種ボランティアの紹介・応募方法や区が実施している就労支援事業の説明を行います。

第2部 パネルディスカッション

体操ボランティアや地域の交流サロン「高齢者通いの場スタッフ」、就労等で活躍されている方々に、活動のきっかけや、やりがいなどをお話いただきます。

〈問合せ先〉 中央区福祉保健部高齢者福祉課高齢者活動支援係
電話:03-3546-5334・5716 メール:kofuku_02@city.chuo.lg.jp

事業紹介一覧

元気高齢者人材バンク

対象: おおむね50歳以上の区内在住者

特技や資格を持ったシニアの方を、元気高齢者人材バンクに登録し、いきいき館(敬老館)や高齢者クラブ、児童館等に派遣し、講座やイベントを開催しています。

高齢者通いの場

対象: 制限なし

区内に住むひとり暮らしや閉じこもりがちな高齢者などが、身近な地域で交流できるサロンで、体操や脳トレ、折り紙、参加者同士の交流などを行います。

さわやか体操リーダー

対象: おおむね40歳以上の区内在住者

元気高齢者を対象として、いきいき館(敬老館)等で、マシントレーニングやゴムバンドの教室を運営する体操ボランティアです。

元気応援サポーター

対象: おおむね40歳以上の区内在住者

簡単な体操や脳トレ等を、地域の身近な場所で行う体操ボランティアです。自分の所属する団体(グループ)で、参加者と一緒に体操を行ったり、派遣活動を行っています。

シルバー人材センター

対象: 60歳以上の区内在住者

シルバー人材センター会員(区内にお住まいの健康で働く意欲のある60歳以上の方であれば、どなたでも会員になれます。)に対し、簡易で臨時的な短時間の仕事を提供します。

シルバーワーク中央

対象: おおむね55歳以上の方

雇用による仕事に就きたいという中高年齢者を対象に、無料で職業紹介を行っています。