

令和6年度 調布市地域デビューイベント

～「調布で踏み出す はじめの一步」～

定年前の現役のあなた！ 子育てが一段落したあなた！ 夫婦で一緒に地域参加したいあなた！
定年後、家にこもりがちなあなた！ 調布市の魅力をもっと知りたいあなた！

これからのシニアライフを一緒に考えてみませんか？ 地域に一步踏み出すイベントです！

日 時：令和6年**10月5日(土)** 13:00～16:00（開場12:30）
会 場：調布市文化会館 たづくり 12階 大会議場
対 象：市内在住・在勤者で50歳以上の方
定 員：会場参加 60人(先着順)
オンライン(Zoom)で参加の方の年齢制限はありません
※申し込み後、リンク先等をお知らせします
※オンラインの配信は下記プログラムの1～3までです

参加費：無料

申込締切：令和6年10月2日(水) 17時まで（申込先は下記を参照）

講演

「定年 NEXT～サードエイジを 人生最良の時にするために」

講師 池口 武志 氏

(一般社団法人 定年後研究所 理事所長)

<略歴>

シニア社会学会理事 日本心理的資本協会理事

早稲田大学キャリアリカレントカレッジアドバイザー

厚生労働省「生涯現役社会の実現に向けた検討会」委員

プログラム

- 1 調布市から地域デビューする市民のみなさまへ
- 2 講演 池口武志氏
- 3 地域デビューってどうやるの ～地域デビューするにはどこから始めればいいのか、どこに聞けばいいのか、各分野の相談窓口を紹介します～
- 4 わたしの地域デビュー ～地域デビューした市民の方の体験談～
- 5 参加の皆さんとふれあいトーク ～参加された皆さんとグループトーク～

企画・運営：調布市地域デビュー推進委員会

主催・問合せ・申込み：調布市生活文化スポーツ部 文化生涯学習課 生涯学習情報コーナー

Email：johokona@city.chofu.lg.jp ※オンライン参加の方は Email か QR コードで

電話：042-441-6155

(電話は土・日・祝・たづくり休館日を除く午前9時から正午・午後1時から5時まで)



令和6年度

今後の地域デビューイベントのご案内

・人生100年時代！
現役の今、自分のシニア
ライフを考えないと…

・地域デビューって
必要なのかな？

・今までの経験を
生かして、社会に貢献
したいけど…

・定年後のことパートナー
と話し合わないと…

・50歳台だけれど
今から地域に参加する
準備をした方が良いかな…

・人生の後半戦、家族や
友人と繋がっていくには
どうしたら良いかな？

調布市地域デビュー推進委員会は、お勤めや子育てを卒業した皆さんや今後のシニアライフを考えている市民の皆さんの地域デビューを応援します！

地域デビューイベント

○ 調布で踏み出す はじめの一步

日時：令和6年10月5日(土)

場所：調布市文化会館 たづくり 大会議場

現役で今後のシニアライフを考えている皆さんや お勤めや子育てを卒業した皆さんに、定年後研究所理事長の池口氏による講演、地域デビューの相談窓口の紹介、地域デビューした市民の皆さんの体験談等のほか、参加された皆さんとのグループディスカッションにより 自分に合った具体的な地域デビューと一緒に考えます。

○ ボランティアデビューしませんか (仮題)

日時：令和7年1月25日(土)

場所：たづくり 1002 会議室

ボランティアで地域デビューを考えませんか？市内のボランティア活動団体を紹介します。また、ボランティアに参加した市民の皆さんに体験発表をしていただきます。自分に合ったボランティア活動を知るため、イベント参加者には、実際にボランティア活動を見学したり体験する企画を検討しています。

○ サークルデビューしませんか (仮題)

日時：令和7年2月24日(振休)

場所：たづくり 大会議場

自分の趣味や健康づくり等サークル活動に参加して地域デビューしませんか？調布市内には多くのサークル団体が活動しています。スマホを使ってそのサークル団体を調べてみましょう。また、実際のサークル活動を市民放送局で制作した映像で紹介いたします。

企画・運営：調布市地域デビュー推進委員会

主催・問合せ：調布市生活文化スポーツ部 文化生涯学習課 生涯学習情報コーナー

Email : johokona@city.chofu.lg.jp 電話 042-441-6155