

いま、何をしようか迷っているあなたに。  
**見て、聞いて、体験してほしい。**



第15回  
50代・60代のための  
地域活動入門講座



# ～ 地域デビューと 新しい自分 そして仲間 ～

## 講座概要について

### 【日 程】

令和5年①10月14日、②10月28日、  
③12月2日、④12月9日

※いずれも土曜 各日13:30～16:30

### 【対 象】

板橋区在住・在勤の50歳以上の方  
※原則として全日程受講できる方

### 【受講料】

1,700円

※ボランティア保険未加入の方は  
別途350円かかります。

### 【体 験】

10月29日～12月1日の間に3回、  
ボランティア体験を実施

※複数の施設・内容から自主選択

### 【会 場】

①～③…本庁舎大会議室 A B

④…本庁舎大会議室 A

### 【定 員】

50名（定員を超えた場合は抽選）

**詳細は裏面をご覧ください>>>**

## 【講座内容】

本講座では、様々な分野から「ボランティア」とは何かを学び、地域活動の第一歩となる「きっかけづくり」をお手伝いします。活動体験では、豊富な活動先から自身が行ってみたい活動先を選択し、個別で体験することができます。

日 時	プ ロ グ ラ ム	講 師
10月14日 (土)	NPO活動の原理と論理 ～ボランティアさらにはメディア（SNS）とのかかわりの中で～	粉川 一郎 (武蔵大学社会学部教授)
	板橋区の地域・ボランティアのすべて	いたばし総合ボランティアセンター
10月28日 (土)	地域/地元での様々な活動とその分野・団体の紹介	板橋区内ボランティア団体 (3団体)
	「ひきこもり」の現実と地域社会	調整中
<b>活動体験</b> 10月29日(日) ～12月1日(金)	左記期間中に以下のメニューから、計3回以上（1回2時間程度）のボランティア活動を選択し、 <b>体験・実習</b> を行います。  ●高齢者ミニデイサービス、障がい者デイサービス、環境美化（ゴミ拾い）、赤塚公園緑化、環境保護活動、男性料理教室、子ども食堂、車いす・白杖体験、地域課題学習、イベントボランティア、オンラインリモート懇談体験 ほか  ※活動体験（実習）会場は、各受入先となります。	
12月2日 (土)	子どもの貧困の現状と実態 ～地域で大人ができることとは～	高須 順子 (全国子ども食堂支援センター・むすびえ)
	認知症にならない・なりづらい 生活習慣と心身の健康	稲島 司 (つかさ内科院長・医師)
12月9日 (土)	OBOGグループ紹介 ～講座終了後の地域での活動と人生～	本講座のOBOGグループ (3G) 本講座のOBOG (2名)
	輝いて行き抜く生き方づくり ～人生の良き燃焼とは～	松本 和夫 (ボランティアグループSV板橋会長)
	講座のまとめ ～活動を無理せず続けていくために～	板橋フォーラム代表

## 【お申込み方法】

必要事項を明記のうえ、**はがき・FAX・Eメール**のいずれかの方法で、下記までお申込みください。※受講案内は10月6日（金）までにご自宅に郵送いたします。

### ▶ 必要事項

- ①「地域活動入門」申込
- ②郵便番号・住所
- ③氏名・ふりがな
- ④年齢
- ⑤電話番号・FAX番号

※項目に漏れのないよう記入してください。

### ▶ 申込・問い合わせ先

〒173-8501  
板橋区板橋二丁目66番1号  
板橋区長寿社会推進課  
シニア活動支援係  
TEL：03-3579-2376  
FAX：03-3579-2309  
Eメール：ki-senior@city.itabashi.tokyo.jp

令和5年

9月22日(金)

必着