



人生100年時代を楽しむ!

地域参加のトビラ つながる見本市

東京都内で仲間を募集中の多様な団体・施設に出会える!

会場
中野セントラルパーク
カンファレンスホール

JR 中央線、JR 総武線、
東京メトロ東西線「中野」駅より徒歩5分(▶地図裏面)
※トークセッション各回の定員は250名。(事前申込・先着順)
※途中参加可能。

対象
人生100年時代を見据え社会参加に関心を持つ個人の方
地域活動や地域貢献に関心を持つ企業・団体
地域包括支援センター・社会福祉協議会・行政関係者等

2024
12月7日 土

13:00 - 17:30 (開場12:30)

参加無料 一部要事前申込

主催
東京都福祉局

「身近な地域で、仲間や生きがいを見つけたい」
「会社や家庭以外で活躍の場を広げたい」
「地域での活動の面白さって?」
「どんな人が活動しているの?」
そんな皆さんに、多様なスタイルの
参加機会をご紹介します出会いの場です。

オープニングセッション

「人生100年時代を自分らしく楽しむ!」
～身近にあるけれど知らない世界へ。はじめの一步の心得とは～



高橋 伸典 氏

セカンドキャリアコンサルタント
『定年1年目の教科書』
『定年後自分らしく働く41の方法』著者



木下 紫乃 氏

株式会社 HIKIDASHI 代表取締役社長
キャリア相談スナック「スナックひきだし」
社会福祉士



団体紹介ブース会場

14:00-16:00

東京都内で仲間を募集中の団体・施設が活動を紹介！

出展予定団体

- ・ 歌声広場よりみち
- ・ 一般社団法人 江戸小唄つながりコーチング
- ・ 認定NPO法人 江戸城天守を再建する会
- ・ 認定NPO法人 エンディングセンター
- ・ 尾久の原シニアクラブ
- ・ 落合中井社会人大学院
- ・ 一般社団法人 輝水会
- ・ ころとからだの元気Lab.
- ・ NPO法人 シニア大楽
- ・ 新宿いきいき体操
- ・ 新宿傾聴しおりの会
- ・ NPO法人 全国移動サービスネットワーク
- ・ ツクイ・サンシャイン三鷹深大寺
- ・ なかの生涯学習サポーターの会
- ・ NPO法人 フリースクールまいまい
- ・ 私の思い出ノートづくりの会
- ・ 東京都健康長寿医療センター ほか

※出展団体・プログラムは予告なく変更となる場合がございます。

トークセッション会場

1 オープニングセッション 13:00-14:10

「人生100年時代を自分らしく楽しむ！
～身近にあるけれど知らない世界へ。
はじめの一步の心得とは」

高橋 伸典 氏

モチベーション総合研究所 代表
セカンドキャリアコンサルタント



『定年1年目の教科書』『定年後自分らしく働く41の方法』著者
大手外資系製薬会社を57歳に早期退職し、再就職、嘱託勤務を経て62歳に独立。定年活動にまつわる仕事、お金、孤独(つながり)の不安解消に向けた講演多数。様々な転機と苦労を経験する中で、各人にとって幸せな生き方は何かという視点でサポート活動を行っている。

木下 紫乃 氏

株式会社 HIKIDASHI 代表取締役社長
キャリア相談スナック「スナックひきだし」紫乃ママ
社会福祉士



株式会社リクルートを経て、2016年に会社設立。40代、50代のキャリア再構築支援を中心に企業研修も数多く手掛ける。「昼スナックひきだし」を開店し紫乃ママとしても活躍中。2024年、社会福祉士の資格を取得。福祉施設とボランティアの架け橋としての活動もスタートしている。

ファシリテーター：認定NPO法人サービスグラント 代表理事 嵯峨 生馬

2 トークセッション 14:30-15:00

「趣味・関心からはじめる一歩」

登壇：東京都内で活動する団体のみなさん

3 トークセッション 15:20-15:50

「経験や得意を活かして活躍する」

登壇：東京都内で活動する団体・介護施設のみなさん

4 団体プレゼン&交流会 16:10-17:30

出展団体紹介タイム
交流会

地域参加のトピラ Q

参加無料

一部要事前申込

お申込み

下記 URL もしくは右記の QR コードより
詳細をご確認のうえ、お申込みください。

<https://hometown.metro.tokyo.jp/2024mihonichi>

※ホームページからのお申込みが難しい場合は、事務局までご連絡ください。

お問い合わせ

東京ホームタウンプロジェクト「地域参加のトピラ」事務局
(認定 NPO 法人 サービスグラント)
〒150-0002 東京都渋谷区渋谷1-2-10 中里ビル 4F
E-mail: tokyo@servicegrant.or.jp

TEL: 050-1807-5753 (平日 10-17 時)

アクセス

中野セントラルパーク
カンファレンス ホール

東京都中野区中野 4 丁目 10 番 2 号
中野セントラルパーク サウス B1F



JR 中央線、JR 総武線、東京メトロ東西線「中野」駅より徒歩 5 分