

これからの人生、 どう楽しむか。

参加費
無料

健康・幸福・社会とのつながりから考える

これからの人生を、もっと面白く。

人とのつながりや新しい役割のヒントに触れながら、
自分らしい人生の楽しみ方や関わり方を考えるイベントです。



日程

9月25日(金) 2026年
15時~17時

会場

埼玉りそな銀行

〔さいたま研修センター〕

埼玉県さいたま市浦和区常盤7-4-1
JR京浜東北線 /
北浦和駅西口より徒歩約10分



オンライン(Zoom)でも
参加いただけます

北浦和駅から研修センターまでのアクセス案内図



※公共交通機関でのご来場にご協力をお願いいたします。

対象

シニア・
プレシニアの方

自治体・企業・
その他団体等の方

- ・定年前後の方、または再雇用中の方で、これからの人生を少し考え始めた方
- ・地域や社会とゆるやかにつながり続けたい方
- ・何か始めたい気持ちはあるものの、何から始めればよいかわからない方
- ・地域づくりや共助に関心のある方
- ・シニア世代の活躍や挑戦の支援に関心のある方

定員

100名
(先着順)

参加
申込み

右記の二次元コードより
お申し込みください



お気軽にご参加
ください

シニアスイッチとは？

何かしたい気持ちは
あるけれど、
何をすればいいかわからない…

地域や社会との新たな関わりを模索するシニア世代が、自分らしい次の一步を見つけるためのコミュニティです。サロンや地域活動情報の提供を通じて、学び、仕事、趣味、地域活動など、一人ひとりに合った関わり方との出会いを応援します。

イベント内容

①



専門家の話を聞く

これからの人生を面白くするヒントに出会う

講師

coming
soon

澤岡 詩野さん

東海大学健康学部健康マネジメント学科
教授

coming soon

②



先輩たちの体験談に触れる

最初の一步を踏み出したきっかけや本音を知る

パネリスト



名古屋 美鳥さん

特定非営利活動法人 シニアの
再チャレンジを支援する会 代表
埼玉未来大学での学びをきっかけに
起業。42年間の会社員生活を経て、
新たな挑戦を実践中。



柳 俊夫さん

一般社団法人さまちか
川島町地域おこし協力隊
50代半ばで早期退職しキャリア
チェンジ。現在は川島町で地域資源
を活かした観光振興に取り組む。



中村 一良さん

金融業界での豊富な経験を活かし
ながら、新たな役割や挑戦を模索中。
参加者に最も近い立場から本音を
語る。

ファシリテーター



芹澤 幸彦さん

株式会社マネジメントサービスセンター
(MSC)

キャリア支援・人材育成の専門家。
人生後半のキャリアや生きがいづくりをテーマに、
多くの支援実績を持つ。

③



ワークで自分のこれからを考える

自分自身のこれまでの振り返り、これから増やしたいことや次の一步を整理する

人生を変えるのは、大きな決意ではなく小さな一歩かもしれません。
「まだ先のこと」と思っている方も、まずはお気軽にご参加ください。
思いがけない出会いや気づきが、これからの人生を少し面白くしてくれるかもしれません。
私たちは、その最初の一歩を応援します。

お問い合わせ先

地域デザインラボさいたま
矢澤・大平(TEL:048-633-4301)