

入場無料

アクティブシニア

リレートーク

働く&地域デビュー～人生を楽しむためのヒントが盛りだくさん～

第1回
in 春日部



各界で活躍中の「アクティブシニア」の方が
シニアライフを充実させるヒントをお話しします。
メインの講演の他にも、様々なイベントを開催します。
是非、ご参加ください。



埼玉県マスコット
「コバトン」
「さいたまっち」

申込み〆切 7/7 金

7/17

月祝

13:00~17:00

講師

スポーツライター&キャスター
青島 健太(あおしまけんた)氏

昭和33年生まれ。県立春日部高校出身。昭和60年ヤクルトスワローズに入団。5年間プロ野球選手として活躍し、引退後は日本語教師として渡豪。そこで知り合った人々との交流を通し、スポーツの素晴らしさの伝え手となることを決意し帰国。スポーツライターとして新しい道を歩み始める。現在は、あらゆるメディアを通して、スポーツの醍醐味を伝えている。



演題

「青島流・元気づくり方」

これまでのスポーツ経験をもとに、心も体も元気にするヒケツ。

場所/
春日部 ふれあいキューブ
1F 多目的ホールほか

サブアトラクション

コント集団
“ザ・ニューズペーパー番外編”
によるシニア向けコント



福本ヒデ



山本天心



浜田太一

サブイベント

- 1 人生100年時代のキャリアを考えるワークショップ
- 2 地域デビューセミナー～私たちの取組紹介
- 3 アクティブシニアのためのワンデーテーマパーク

私も応援します!

彩の国シニア応援大使
三遊亭 鬼丸氏(噺家)



入場無料

アクティブシニア

ワラートーク

働く&地域デビュー～人生を楽しむためのヒントが盛りだくさん～



埼玉県マスコット
「コバトン」「さいたまっち」

各界で活躍中の「アクティブシニア」の方が
シニアライフを充実させるヒントをお話します。
メインの講演の他にも、様々なイベントを開催します。
是非、ご参加ください。



第1回 in 春日部

7/17 月祝 13:00~17:00

春日部 ふれあいキューブ

演題 「青島流・元気のつくり方」

これまでのスポーツ経験をもとに、
心も体も元気にするヒケツ。

講師 スポーツライター&キャスター

あおしま けんた
青島 健太氏



第2回 in 熊谷

9/16 土 13:00~17:00

熊谷文化創造館 さくらめいと

演題 「健康で幸せなシニアライフを送る生活術」

長く健康な体でいるための、
日々実践できる食の工夫を伝授。

講師 タニタの社員食堂・初代管理栄養士

ことう きょうこ
後藤 恭子氏



第3回 in さいたま

11/23 木祝 13:00~17:00

大宮ソニックシティ ホール棟 2F小ホール

演題 「シニアって誰のこと？

いつも自分らしく思いのままに」

「シニア」という言葉にとらわれない、
自分らしい活動のために必要なこと。

講師 フリーアナウンサー 大野 勢太郎氏



第4回 in 川越

1/13 土 13:00~17:00

ウエスタ川越

演題 「武士道から学ぶ

～生かされし我が命に感謝せよ!～」

藤岡さんからシニア世代へ向けて、
激励メッセージ。

講師 俳優・武道家 藤岡 弘、氏



イベントについては 裏面をご覧ください!

駐車場は限りがありますので、ご来場の際は、公共交通機関をご利用ください。
(ふれあいキューブには来場者用の駐車場はありません)

私も応援します!

彩の国シニア応援大使

さん ゆう てい おに まる
三遊亭 鬼丸氏(噺家)



主催 埼玉県
企画運営 埼玉新聞社

後援 厚生労働省埼玉労働局、春日部市、熊谷市、さいたま市、川越市、公益社団法人埼玉県理学療法士会、一般社団法人埼玉県リハビリテーション専門職協会、
公益財団法人埼玉県健康づくり事業団、公益財団法人いきいき埼玉、一般社団法人埼玉県商工会議所連合会、埼玉県商工会連合会、
埼玉県中小企業団体中央会、一般社団法人埼玉県経営者協会、埼玉経済同友会、埼玉中小企業家同友会、
公益財団法人埼玉県産業振興公社(創業・ベンチャー支援センター埼玉)、ふれあいキューブ、公益財団法人埼玉県産業文化センター、ウエスタ川越

参加申込書



FAX **048・662・6610** または

埼玉新聞 リレートーク

検索

埼玉新聞HP応募フォーム <http://www.saitama-np.co.jp/kijikokoku/active-senior/> からお申し込みください。

※申込みは先着順とし、定員になった場合は締め切らせていただきます。

※申込みする講演、サブイベントにを入れてください。

第1回 in 春日部

7/17月祝

ふれあいキューブ(春日部市南1-1-7)
春日部駅西口徒歩5分

申込み〆切 **7/7**金

時間	講演・アトラクション	場所	定員
13:00~14:50	<input type="checkbox"/> 「青島流・元気の作り方」 アトラクション"ザ・ニュースペーパー番外編"によるシニア向けコント	1F多目的 ホールA,B	450人

時間	サブイベント	場所	定員
15:00~16:30	<input type="checkbox"/> ①人生100年時代のキャリアを考えるワークショップ 参加者同士でグループトークを行い、引退のない新たな「これから」を描きます	4F 会議室1、2	50人
15:00~17:00	<input type="checkbox"/> ②地域デビューセミナー ～私たちの取組紹介 ・シニアによる子育て支援 ・子どもの健全な食育 ・地域の魅力を発信 ・"お互い様"で支え合う社会	6F 会議室5、6	50人
15:00~17:00	<input type="checkbox"/> ③アクティブシニアのためのワンデーテーマパーク 暮らしと健康 楽しい"体験講座"が集結 ・猫背治して腸美人KUBIRE体操講座 ・リラクゼーションハンドセラピー講座 ・楽でゆるーいお片づけ講座 ・行政書士による「老後の安心設計マイプラン」基礎講座 約25分の講座を4種類、受講いただけます。	1F 多目的 ホールC	120人

※4F、6F会議室は春日部市市民活動センターです。

氏名 <small>ふりがな</small>	① (才)	③ (才)
※参加希望者全員の 名前を明記	② (才)	④ (才)
代表者住所	〒 ー	
電話番号	FAX番号	
メールアドレス		

2回目以降も次のとおり開催します。申込み等詳しくは、埼玉新聞のHPで。

日程	会場	講師	演題
9/16 ^土	熊谷文化創造館 さくらめいと	タニタの社員食堂・初代管理栄養士 後藤 恭子 氏	健康で幸せな シニアライフを送る生活術
11/23 ^木 祝	大宮 ソニックシティ	フリーアナウンサー 大野 勢太郎 氏	シニアって誰のこと？ いつも自分らしく思いのままに
1/13 ^土	ウェスタ川越	俳優・武道家 藤岡 弘、氏	武士道から学ぶ ～生かされし我が命に感謝せよ!～

※いただいた個人情報は、当事業運営及び埼玉県産業労働部シニア活躍推進課で行う事業の案内のみに使用し、それ以外の目的には使用しません。

申込締切後、聴講券を代表者に発送。 **お問い合わせ 048・795・9932** (埼玉新聞社)