

50代・60代・70代…の皆さんへ

# セカンドライフは



## おもしろい!

「セカンドライフ相談室」をご利用ください

「セカンドライフ」は、主に定年退職後の「第2の人生」を指します。

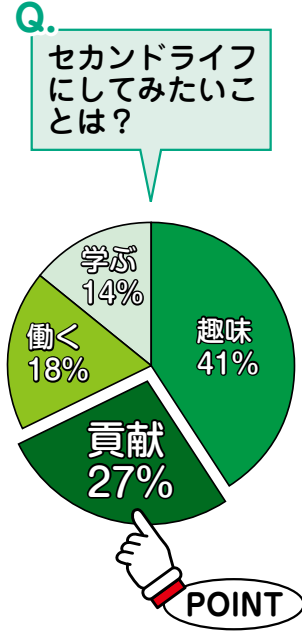
市は、社会貢献活動に関心のある中高年世代を対象にした相談窓口「セカンドライフ相談室」を開設し、市内の市民活動団体をはじめ、皆さんの興味に沿った情報を案内しています。セカンドライフ相談室で、新しい生きがいを見つけ、充実したセカンドライフを送りませんか？



▲セカンドライフの活動

### セカンドライフ、何をして過ごす?

3月19～23日に中央図書館で「セカンドライフ見本市&出張相談会」を開催し、シニア世代の来場者100人を対象に、アンケートを実施しました。



結果は、1位が「趣味」、2位が「社会貢献」でした。これまで仕事や子育てに専念してきたので、セカンドライフでは好きなことを楽しみたいという一方、社会に貢献したいと考える人も多いようです。

趣味や仕事、学びとともに社会貢献に携わることができればセカンドライフの満足度をより高められます。セカンドライフ相談室では、社会貢献に関するNPOや市民活動団体を紹介しています。「興味に合う分野で無理なくできそうなことから」がポイントです。

### 相談者の声 (抜粋)

● 企業を定年退職後、セカンドライフ相談室の紹介でいくつかの市民活動団体に体験参加し、そのうちの環境、観光、健康をテーマに活動している3団体に入会しました。新しくできた仲間とのつながりは新鮮です。(60代男性)

● もうすぐ退職。音楽の趣味を生かして地域社会のために何か行動を起こしたいです。ちょっと変えようと思います。(50代男性)

### 市民活動の情報は

### 「セカンドライフ相談室」で



今、セカンドライフがおもしろいことをご存知ですか? 職場・家庭での忙しい毎日から少しだけ解放されて、自分の時間を自由に設計することができたら、皆さんはその時間をどのように「デザイン」したいですか?

相談室では、セカンドライフ世代の皆さんと一緒に、新しい人や社会とのつながりをつくるためのお手伝いをします。まずは、お気軽にお電話ください!

### 「セカンドライフ相談室」

(事務局：(一社) まちの遊民社)  
月～金曜日 9～18時(祝休日、年末年始は除く)  
☎(51)1112 ☎(30)6651  
🌐 <http://www.machi-yumin.com>

### 無料進呈 (先着30人) セカンドライフ おすすめガイド

中高年世代の人を募集している市民活動団体についてまとめた冊子を無料で差し上げます(郵送も可)。希望者は、セカンドライフ相談室にご連絡ください。



◆ 問い合わせ ◆ 市民協働課

☎(55)2701 FAX(53)6663