

セカンドライフは 人生の黄金期

～定年退職後の8万時間を充実させましょう～

「セカンドライフ」は主に定年退職後の「第二の人生」を指します。市は、50歳以上の皆さんを対象とした「富士市セカンドライフ相談室」を開設し、楽しく社会貢献できる団体など、関心のある分野に応じて市民活動団体や社会貢献活動をご案内しています。

定年退職後の自由時間と現役時代の労働時間はいずれも8万時間と言われています。自分らしさを発揮でき、地域や社会に貢献できる「黄金期」の過ごし方を考えてみませんか。



おもちゃの修理

セカンドライフを どのように 過ごしたいですか？

人の役に立つことがしたい

はい

いいえ

地域や社会に興味がある

はい

いいえ

新しいことを始めたい

はい

いいえ

貢献

高齢者支援
障がい者支援
子育て支援
まちづくり
自然や環境 など

仕事

起業・創業
就労（フルタイム）
就業（パートタイム）など

自分磨き

運動
教養
趣味 など

家庭

趣味
家事
孫育
介護 など

市内には貢献活動をしている市民団体が数多くあり、新しい仲間を募集しています。セカンドライフ相談室は皆さんの関心に合った団体を紹介しています。

「セカンドライフおすすめガイド」
無料進呈！（先着30人）
希望者は電話でセカンドライフ
相談室へ。

まずは
お電話で

富士市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 10～18時（祝休日、年末年始は除く）
☎51-1112 ☑http://www.machi-yumin.com



お知らせ 富士の麓 de おとなまつり vol.8

セカンドライフをテーマにした情報満載の楽しいイベントを開催します。
多彩なブース、おとなゼミナール、大声コンテスト、紙ヒコーキ大会、抽せん会など、
みんなで「すてきなセカンドライフを見つける日」を過ごしましょう。

とき／11月12日（日） 10時～14時30分
ところ／富士市交流プラザ2階 ※入場無料（当日直接会場へ）。

ぜひ来てね！

実行委員長 松本 哲司さん

問い合わせ 市民協働課 ☎55-2701 ☎53-6663