

定年後のはじめの一歩



ボランティアで 生きがい・つながり・健康を！

自分がやりたいと思う活動を通して、頭や身体を使い、いつまでも健康に過ごしましょう！

定年後も生きがいをもち、社会活動に参加することは、健康寿命に良い影響があります。

長年、ボランティアに携わっておられる講師の貴重な講話や、市内で活躍されているボランティアさんの体験談も聞くことができます。ぜひご参加ください。

日時：令和8年 **2月7日（土）9:30～12:00**（受付9:00）

場所：いきいき広場2階 いきいきホール（高浜市春日町5丁目165番地）

定員：20名程度 対象：どなたでも 参加費：無料

事前予約制



新たなつながり作りや地域活動に参加するきっかけとして、
ボランティアを始めてみませんか？



講師：鈴木 益宏氏 愛知県社会福祉協議会ボランティアセンター運営委員会委員長
元トヨタ自動車株式会社トヨタボランティアセンター長

ボランティア団体 定年後のボランティア活動について、ボランティアのやりがい、きっかけについて
・ものづくり工房あかおにどん（地域住民の創作活動支援、ものづくりを通じた交流事業）
・高浜の防災を考える市民の会（子ども防災リーダー養成企画・運営）
・ささの会（地域共生型福祉施設あっぽワンディシェフ食作り）



最初は皆初めて！
初心者、大歓迎！



楽しく歌おう！踊ろう！
演奏しよう！芸能ボラン
ティアは市内の施設から
引っぱりだこです！



自分の得意なことを
活かして、皆に喜ん
でもらえると
張り合いがあるなあ



子供たちとのふれあい
は、楽しくて元気を
もらえます！

高浜市社会福祉協議会ボランティアセンターとてとて（濱井・板倉）

高浜市春日町5丁目165番地 いきいき広場3階 高浜市社会福祉協議会内

窓口時間：月～金曜日 8:30～17:15 電話：0566-52-9882

E-mail：tetotetote@takahama-shakyo.or.jp

