

参加
無料

／ イキイキ100年時代 ／ 『楽しむ』から これからの豊かさを 考えてみませんか？

仕事や家のことがひと段落した後の時間を、豊かなものにしたい。
これは誰もが願うことがだと思いますが、具体的にどうしたらよいか
わからないという人も少なくありません。

本講座では、「楽しむ」から、あなたの人生を豊かにするポイントを
考えていきます。



2025年

日時

11/20 木 13:30
~15:30
(開場 13:00~)

定員

100名
(先着順)

会場

新潟ユニゾンプラザ
4階「大研修室」



自分が何かを始め
るには、もう年齢
的に遅いかも...



卒業後、何かしようと
思いながらも時間が
過ぎてしまったなあ

できるだけ長く、
元気に自分らしく
生活していきたい！



講師

澤岡 詩野 氏

東海大学健康学部

健康マネジメント学科 准教授



ダイヤ高齢社会研究財団で主任研究員を経て、2024年4月から現職。

専門は豊かな歳の重ね方を研究する老年社会学。

ハードとソフトの両面から、知り合い以上で友人未満の「ゆるやか」な人間関係のうまれる場、ゆるやかな居場所のあり方を模索している。近年では年賀状からインターネットまで、最後まで豊かにつながり続けるための交流手段の可能性について調査研究を行っている。

色々な方に一度、聞いてみてほしいお話です！
ぜひお気軽にお申込みください。

申込詳細は裏面をご確認ください



人生を豊かにするポイントの一つは、
日常にいる友人未満で知り合い以上の
「ゆるやかなつながり」、そんな誰か
に出会える「居場所」だったりするのですが…。
思い浮かばない方も大丈夫、いっしょに見つけ方
を探していきましょう！

卒業生2名から現在の様子
が聞けるインタビュー
セッションもあります！

講義終了後は教室を開放
しますので、旧友との
語らいや交流にご利用
ください♪

申込方法

いずれかの方法でお申込みください。

【申込締切：10月29日（水）】

- ①インターネットによる申込み
下記のURLまたはQRコードから
お申込みください。



<https://forms.gle/M8KJM7fsTpoj9kq7>

- ②郵便による申込み
別紙申込書に必要事項を記入のうえ、下記
の宛先までご郵送ください。
〒950-8575

新潟市中央区上所2-2-2
新潟ユニゾンプラザ 3階
新潟県社会福祉協会
シニアカレッジ新潟事務局 行

会場住所・地図

新潟市中央区上所2-2-2 新潟ユニゾンプラザ

○JR越後線上所駅から徒歩約10分

○路線バス利用の場合

「ユニゾンプラザ前」下車、徒歩約1分

新潟駅バスターミナルのりば10番線

- ▶ S2 鳥屋野線、S3 水島町線、S4 上所線
- ▶ S20 曾野木ニュータウン・S21 嘉木・S22 酒屋倉庫・S23 小須戸行き
- ▶ S30 美咲合同庁舎・S31 西部営業所行き
- ▶ S40 女池愛宕・S41 ユニゾンプラザ前行き

○高速バス利用の場合「県庁東」下車、徒歩約15分



お問い合わせ
シニアカレッジ新潟事務局

TEL：025-285-1400
MAIL：oasis@fukushiniigata.or.jp