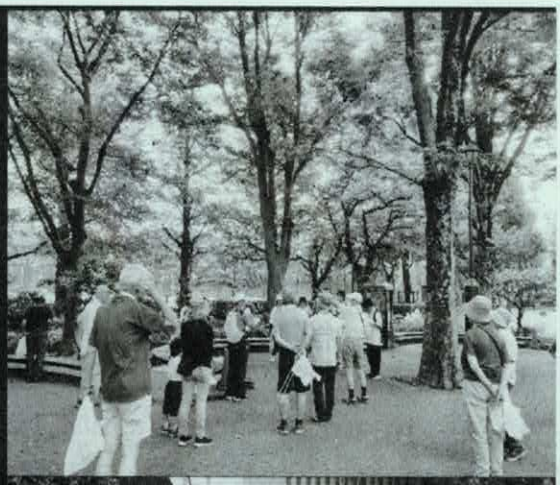
あなたの個性が、地域の力に！
地域で始めるボランティア





第18回 50代からはじめる 地域活動入門講座





～ 学びとボランティア体験で、
あなたの地域デビューを応援 ～

講座概要

【日　程】(座学)
令和８年①10月24日、②10月31日
③12月５日、④12月12日
※いずれも土曜　各日13:30～16:30

【会　場】
板橋地域センター　レクホール
（板橋区板橋3-14-15）

【受講料】
2,000円
※ボランティア保険未加入の方は
別途350円かかります。

【活動体験】
11月３日(火)～12月４日(金)の間に、裏面の《活動体験メニュー》から３か所（以上）を自由に選択して実際に活動体験

【対　象】
板橋区在住・在勤の50歳以上の方
※原則として全日程受講できる方
※途中で参加できなくなった場合でも、
受講料の返金は致しかねます。

【定　員】
40名（定員を超えた場合は抽選）

詳細は裏面をご覧下さい➤➤➤

【講座内容】

50代以上の方々が地域での活動や仲間づくりを始めるきっかけとなる講座です。「ボランティア」「地域活動」についての基礎的な学びに加え、実際に区内での活動（実習）を体験することができるプログラムです。

日　時	プログラム	講　師
10月24日（土） 13:30～16:30	ボランティア・NPO（活動）とは ～シニアボランティアと地域デビューの効用～	佐藤　陽（十文字学園女子大学教授）
	わがまち"板橋"を深堀する ～歴史と成立ち、その特徴～	吉田　正博（板橋区教育委員会学芸員）
10月31日（土） 13:30～16:30	仲間と一緒に、地域を支えるボランティア ～地域／地元での様々な活動～	栁澤　俊助（いたばし総合ボランティアセンター所長）
	子ども食堂と地域コミュニティの縁 （ボランティア活動体験先団体レポート）	武井　重雄（NPO法人キッズぷらっとフォーム理事長）※ほかボランティア団体代表
活動体験 11月3日(火) ～12月4日(金)	左記期間中に以下の《活動体験メニュー》から、計３回以上（１回２時間程度）のボランティア活動を選択していただき、**活動体験（実習）**を行います。 《活動体験メニュー》 ●高齢者ミニデイサービス、障がい者デイサービス、環境美化（ゴミ拾い）、特別養護老人ホーム、赤塚公園緑化、環境保護活動、男性料理教室、子ども食堂、車いす・白杖体験、地域課題勉強会、イベントボランティア、児童館、保育園　ほか ※活動体験（実習）会場は、各受入先となります。	
12月5日（土） 13:30～16:30	地域における多文化共生の必要性 ～多様なコミュニティの形成とわたしたち一人ひとりにできること～	門　美由紀（立教大学コミュニティ福祉学部特任准教授）
	認知症にならない・なりづらい生活習慣・活動と心身の健康	稲島　司（つかさ内科院長・医師）
12月12日（土） 13:30～16:30	輝いて行き抜く生き方づくり ～人生の良き燃焼とは～	松本　和夫（ボランティアグループ　SV板橋会長）
	講座のまとめ（地域での新たな歩み・その愉しみと醍醐味）	板橋フォーラム

【お申込み方法】

必要事項を明記のうえ、**はがき**・**FAX**・**電子申請**のいずれかの方法で、下記までお申込みください。

電子申請フォーム

▶必要事項

①「地域活動入門」申込
②郵便番号・住所
③氏名・ふりがな
④年齢
⑤電話番号・FAX番号

※項目に漏れのないよう記入してください。

▶申込・問い合わせ先

〒１７３－８５０１
板橋区板橋二丁目６６番１号
板橋区生涯活躍推進課
シニア地域づくり係
TEL：０３－３５７９－２３７６
FAX：０３－３９６２－７８３４

令和8年10月9日㈮必着