

第 93 回 みんなラボカフェのご案内



みんなラボ会員の皆様

若葉の候、ますますご壮健のこととお喜び申し上げます。

さてこの度、みんなの使いやすさラボでは、第 93 回みんなラボカフェとして、おんざ としあき遠座 俊明さん（NPO法人 健康・生きがい就労ラボ）に、「はたらく高齢者が無理なく働く（傍楽）ためのプチ就労・活動のしかけづくり」と題して講演していただきたいと思います。遠座さんと兵庫県宝塚市や地元福祉事業者と一緒に始めた、リタイア後のシニアが健康維持や介護予防のために生活リズムをつくり、社会貢献感を感じながら無理なく働くための、“プチ就労”の仕掛け「健康・生きがい就労トライアル」は、毎年数十人の高齢者が参加するヒット事業となり、大阪府内でも追随する自治体がでてきています。今回のみんなラボカフェでは、健康・生きがい就労トライアルの他、高齢者が高齢者に教えるスマホ講座、子育て支援の取組みを紹介していただきます。その後、もっと多くの「普通の」シニア、特に男性が健康・生きがいのために一歩踏み出すための工夫・仕掛け・アイデアなどについて、皆様と共に考えていきたいと思ひます。みなさまのご参加をお待ちしております。

なお参加希望者が多数の場合には、先着順でお申し込みを締め切らせていただきます（予約がない方は、カフェに参加できない可能性があります。必ず事前にみんなラボまでお申し込みください）。

日程： 2024年5月24日（金）

時間： 13時30分～15時00分

場所： 筑波大学「総合研究棟 A」A110室（裏面に地図がござひます）

定員： 40名（要予約：予約受付の先着順）

※ズーム遠隔（zoom）でのご参加も可能です。

ご希望の方はみんなラボ事務局までメールでご連絡ください。

お持ち物： 会員証、お茶などご自分のお飲み物

お願い： 当日、発熱・倦怠感他、体調不良の方は、参加をご遠慮ください。

・13時から受付開始です！
・今回も、飲み物の提供を控えさせていただきます。必要に応じて、各自ご持参ください。



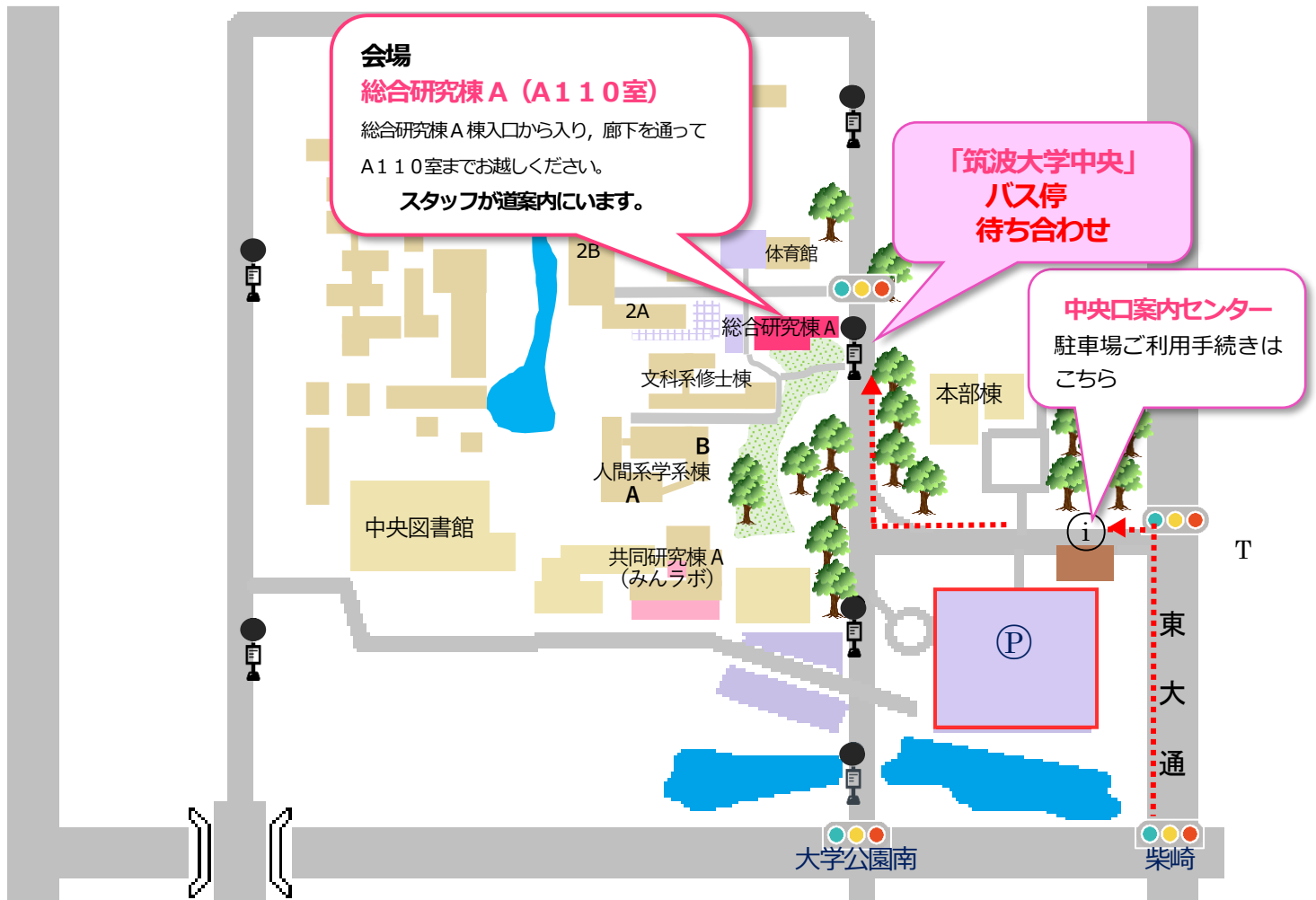
参加を希望される方は、みんなラボまでお電話またはメールにてご連絡ください。

ご連絡の際は、会員番号をお伝えください。

みんラボカフェ会場へのご案内

● お車でいらっしゃる場合

1. 学園東大通りを筑波山方面へ直進し、柴崎交差点の次信号を左折して筑波大学構内に入り、駐車場Pに車をおとめください。
2. そこから地図の通り**総合研究棟 A (A1 10室)** へお越してください。



地図。筑波大学構内

● つくば駅からバスでいらっしゃる場合

1. TXつくば駅前にあるバスターミナルの「6番」から出る、「筑波大学循環 (左回り) ※」のバスへご乗車いただき、「筑波大学中央」のバス停でご降車ください。
2. そこから地図の通り**総合研究棟 A (A1 10室)** へいらしてください。

※「筑波大学循環 (右回り)」でも筑波大学中央まで行きますが、少し遠回りをします。

皆様のご参加をお待ちしております。