



人生二毛作
通信
Vol.12

あづみ野エフエムの番組内でシニアの活躍が紹介されます ～「まち」にも保健室があってもいいじゃない～

長野県では、シニアの皆さんが生きがいと誇りを持って暮らすことができる“人生二毛作社会づくり”を公益財団法人長野県長寿社会開発センターと連携して推進しています。

安曇野市にあるコミュニティ FM 放送局「あづみ野エフエム」の番組で、その人生二毛作を実践しているシニアの皆さんの取組が毎月紹介されています。今回は長野市でのシニアの活躍の様子が放送されます。

- 1 放送番組 なかしばか なえ 「中柴香苗の水色の時間(とき)」～あなたをもっと知りたくて～
毎週月曜日午前 11 時～正午 【このうち 30 分程度】
(再放送 当日午後 7 時～8 時)

<あづみ野エフエムは、聴取エリア外でもパソコンやスマートフォンのアプリで聴くことができます。>

2 放送予定の取組(11月放送分)

●川中島の保健室(長野市)

放送日 11月20日(月)



子どもからお年寄りまで
様々な方が「保健室」を訪れています

【訪れる人が元気になって帰れる場所】

代表の白澤章子さんは、小・中学校の保健室の先生だった経験を活かし、退職後に自宅を開放して「まちの保健室」を開いています。

「心配事をちょっと聞いてほしい」という気軽な相談や、月 1 回のお茶飲みサロンを通して、皆さんの話に耳を傾けます。

◆今回紹介される取り組みは、同センターが今年3月に発行した「信州版『人生二毛ウサク劇場』～人生二毛作実践事例集～」に掲載されています。

信州版『人生二毛ウサク劇場』～人生二毛作実践事例集～



「趣味・特技を活かす」、「キャリアを活かす」など、活動の動機による5つのカテゴリで構成

県内各地で活躍するシニアの皆さんの取組をオールカラーで60事例を掲載

同センターのホームページからもダウンロードできます



※この取組は、しあわせ信州創造プラン(長野県総合5か年計画)の政策推進の基本方針「2豊かさが実感できる暮らしの実現」に基づくものです。

信州で学ぼう

Challenge your future



長野県立大学
THE UNIVERSITY OF NAGANO

2018年4月開学



2018信州総文祭
大会マスコットキャラクター
信州なび助



信州やまほいく

しあわせ信州創造プラン(長野県総合5か年計画)推進中

健康福祉部健康増進課健康づくり推進係

(課長) 奥原淳夫(担当) 永井将志

電話 026-235-7112(直通)

026-232-0111(代表) 内線 2634

F A X 026-235-7170

E-mail kenko-zoshin@pref.nagano.lg.jp