



人生二毛作  
通信  
Vol.10

# 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 ～シニアの方々と地域の皆さんとの広がる・深まる交流～

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。

6月から、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紹介されています。今回は長野市と下諏訪町のシニアの活躍の様子が放送されます。

1 放送番組 <sup>なかしばかなえ</sup>「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(9月放送分)

●昭和 100 年の会(長野市)  
放送日 9 月 4 日(月)



蓄音機の優しい音に  
触れてください。

児童館や高齢者施設などを訪問し、昔懐かしい蓄音機でのレコード演奏など、古き良き昭和文化を紹介することで、地域の皆さんとの交流を図っています。

●サロン「しもすわ」(下諏訪町)  
放送日 9 月 18 日(月)



“おふくろの味”提供します。

50～90 代の女性が、おふくろの味満載の日替わり定食を提供したり、希望に応じてご近所の高齢者に配達しています。常連のお客さんも多く、地域に根ざしたサロンです。

◆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。



長野県PRキャラクター「アルクマ」  
(信州DCバージョン) ©長野県アルクマ



世界級リゾートへ、  
ようこそ。山の信州  
信州デザインエーションキャンペーン  
2017.7.1-9.30

## 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  
FAX 026-235-7170  
E-mail kenko-zoshin@pref.nagano.lg.jp