

人生100年時代を考える

人生後半、地域に自分の居場所を！！

～AIと考える、地域でやりたいこと、仲間作り～

講座概要



<講師からのメッセージ>

家と会社の往復だけで地域とは無縁の生活から、一転、近所で挨拶する人は誰もいない定年後の生活へ。あれから十数年、地域の子も相手のボランティア活動を通して、地域で仲間を作り、無趣味な人間が自分のやりたいことを見つけ、地域から感謝され、楽しく、充実した日々を過ごしています。

この講座では、私の地域での「居場所づくり」の活動などをご紹介しながら、受講生ご自身のやりたい・欲しい「居場所」のアイデアをAIの助けや、ワークショップで出し合い、地域での仲間作りや、やりたいことのスタートができればいいなと思っています。

◆◆シニア世代を対象とした講座です◆◆



講師：倉林 孝明 (くらばやしたかあき)
BAAライフデザイン・アドバイザー

日時

7月15日(水)

午後3時～4時30分

定員：20人(先着制) 受講料：無料

会場：三鷹ネットワーク大学

一般社団法人ビューティフルエイジング協会

ビューティフルエイジング協会は、中高年がその経験および能力を生かして有意義な人生を送る(ビューティフルエイジング)ことに関する調査・研究、指導・相談、情報収集・提供等を行うことにより、豊かな国民生活の実現と我が国経済の発展に寄与することを目的とした団体です。中高年の方が有意義な人生を送る「ビューティフルエイジング」の実現を支援することを目的に種々の事業を実施しており、同協会に加盟している講師が毎回テーマに沿ってお話します。

お申し込み・お問い合わせ

三鷹ネットワーク大学推進機構

申込期間▶ 6月9日(火) 9:30～7月14日(火) 21:00

電話 0422-40-0313

FAX 0422-40-0314

URL <https://www.mitaka-univ.org/>

連絡先 〒181-0013 東京都三鷹市下連雀3-24-3 三鷹駅前協同ビル3階

WEB申込はこちら



文化・教養	(一社)ビューティフルエイジング協会寄付講座 人生 100 年時代を考える 7 月 人生後半、地域に自分の居場所を！！ ～AI と考える、地域でやりたいこと、仲間作り～	B265 0600
-------	--	--------------

講座趣旨
<p>わが国は世界に例をみない急激な少子高齢化がすすんでおり、社会の在り方を抜本的に見直す時期にきています。人生 100 年時代の社会で、充実し安心して生活するためには、若いうちから学び、働き、人生設計を考えることが大切です。そのためには、国等に依存する（公助）だけでなく、地域での助け合い（共助）、自助努力（自助）が重要になっています。ビューティフルな人生を送るためには、自らを育てる“育自”が必要なのです。本講座では、シニア世代の方々へ「学び方」「働き方」「生き方」を考えていただく機会を提供していきます。</p>

講座開催概要	
日 程	2026 年 7 月 15 日 水曜日
時 間	午後 3 時～4 時 30 分
定 員	20 人（先着制）
回 数	1 回
受講料	無料
教 材	レジュメ資料 ほか
難易度	★★★
会 場	三鷹ネットワーク大学
申 込	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> WEB FAX 郵送 窓口 </div> 申込期間:6 月 9 日(火)午前 9 時 30 分 から 7 月 14 日(火)午後 9 時まで

人生後半、地域に自分の居場所を！！ ～AI と考える、地域でやりたいこと、仲間作り～	
7月15日	<p>家と会社の往復だけで地域とは無縁の生活から、一転、近所で挨拶する人は誰もいない定年後の生活へ。あれから十数年、地域の子ども相手のボランティア活動を通して、地域で仲間を作り、無趣味な人間が自分のやりたいことを見つけ、地域から感謝され、楽しく、充実した日々を過ごしています。これには、いろいろな地域の方々との出会いと支えがあったお蔭です。</p> <p>この講座では、私の地域での「居場所づくり」の活動などをご紹介しますながら、受講生ご自身のやりたい・欲しい「居場所」のアイデアを AI の助けや、ワークショップで出し合い、地域での仲間作りや、やりたいことのスタートができたらいいなと思っています。</p> <p>また、これらの活動が認められ 2020 年度に内閣府より「社会参加活動事例」として認定され表彰されました。</p> <p style="text-align: center;">★★シニア世代を対象とした講座です★★</p>

講師紹介 （敬称略）
<p>倉林 孝明（くらばやし たかあき） BAA ライフデザイン・アドバイザー</p> <p>FP として中高年の方のライフプランや資産運用をアドバイスするかたわら、小学生から大学生までのキャリアデザインの授業支援や、三鷹の地域づくりの為に子どもたちを中心とした多世代交流を深める活動をしています。</p> <p>最近では、特に初めての方が抵抗なく地域で仲間を作り、地域活動に参加できるような仕組みづくりを模索しています。みんなのみたか会長、みたか昔あそびの会世話人、他</p>

三鷹ネットワーク大学 受講者登録用紙

*すでに受講者登録を済まされている方は必要ありません。インターネットでもご登録ができます。

※太枠内の項目は必須事項です。

登録日：西暦 年 月 日

お 名 前	フリガナ	性 別 (任 意)	生 年 月 日	西 暦 月 日	年 月 日
受講者区分 ※該当する番号を1つ選んで○をつけてください。	(1) 【市 民】 三鷹市にお住まいの方(学生は除く) (2) 【市民(在勤・在学)】 三鷹市外にお住まいで、三鷹市内の職場・学校に通われている方 (3) 【市民学生】 三鷹市にお住まいの学生の方 (4) 【会 員】 勤務先、学校等が三鷹ネットワーク大学の正会員または賛助会員の方 (5) 【一 般】 三鷹市外にお住まいの方				

Eメール					
緊急連絡先	携帯電話番号：	携帯Eメール：			

《郵便物の送付先※振込用紙や受講証等のお送り先を、下記から選んでください。》

郵便物送付先	ご 自 宅	勤 務 先
--------	-------	-------

《ご自宅》

ご 住 所	〒 —				
電話番号		F A X			

《勤務先・学校名等》

勤務先名称	※学生の場合は学校名と学部・学科名				
勤 務 先 部 署 名	※学生の場合は学籍番号	役職名			
ご 住 所	〒 —				
電話番号		F A X			

《ご職業等》※職種・業種について該当するものにそれぞれ○をつけてください。

勤務先業種	①官公庁 ②団体 ③教育 ④宗教 ⑤医療 ⑥建設 ⑦金融・保険 ⑧製造 ⑨運輸・通信 ⑩農林水産 ⑪電気・水道 ⑫不動産 ⑬卸・小売 ⑭飲食 ⑮IT・ソフト ⑯その他
職業(職種)	①経営者 ②役員・管理職 ③一般事務 ④営業 ⑤販売・サービス ⑥生産管理 ⑦研究開発 ⑧専門職(医師・弁護士等) ⑨教職 ⑩自由業 ⑪専業主婦 ⑫無職 ⑬その他

《三鷹ネットワーク大学からの情報提供ご希望の有無》

情報提供	希望する	希望しない
------	------	-------

《興味をお持ちの分野》※3つまでお選びください。

1経営・経済学 2歴史学 3法学 4文学 5工学 6教育学 7福祉・医療 8介護・看護 9コンピューターサイエンス 10アジア・アフリカ系言語 11 総合政策 12 国際関係論 13 政治学 14 天文学 15 農学 16 臨床心理学 17 カウンセリング学 18 社会心理学 19 国際コミュニケーション学 20 スポーツ医学 21 マーケティング学 22 人間環境学 23 キャリアデザイン等 24 社会福祉学 25 情報科学 26 情報コミュニケーション学 27 グローバルビジネス学 28 宗教学 29 平和学 30 生物学 31 化学 32 数学 33 教養学 34 建築学 35 その他
--

◆受講者登録について *すでに受講者登録を済まされている方は必要ありません。

三鷹ネットワーク大学で受講される場合は、受講者登録の手続きが必要です。講座のお申し込みをする前に（講座のお申し込みと同時に）、必ず受講者登録を済ませてください。（性別欄の記載は任意です。未記載とすることも可能です。）ご登録をさせていただくことにより、今後お申し込みされる際に、ご住所等、個人情報を記入する手間がなくなります。またインターネットからのお申し込みも可能となります。

◆個人情報について

ご記入いただいたお客様の個人情報は、個人情報保護法に基づいて適切に管理するとともに、受講決定通知および講座のご案内目的のために使用します。


B265
0600

(一社)ビューティフルエイジング協会寄付講座
人生 100 年時代を考える 7月
人生後半、地域に自分の居場所を！！
～AI と考える、地域でやりたいこと、仲間作り～

申込用紙

受講者 番号	E	申込日	西暦	年	月	日
名前	フリガナ	電話 番号				

※申込欄に○をご記入ください。

申込欄	講座タイトル・講師・講座日程・定員	受講料	受付印
	<p>(一社)ビューティフルエイジング協会寄付講座 人生 100 年時代を考える 7月 人生後半、地域に自分の居場所を！！ ～AI と考える、地域でやりたいこと、仲間作り～</p> <p>倉林 孝明 (くらばやし たかあき) BAA ライフデザイン・アドバイザー</p> <p>2026年7月15日(水)午後3時～4時30分 定員 20人(先着制)</p>  <p>Web 申込はこちらから</p>	無料	文化・教養

※ファックスでお送りいただく場合には、着信確認のためのお電話をお願いいたします。

電話：0422(40)0313 ファックス：0422(40)0314

【郵送での申込】〒181-0013 三鷹市下連雀 3-24-3 三鷹駅前協同ビル3階 三鷹ネットワーク大学事務局

【ご受講について】

●お申し込みについて

お申し込みは講座前日(前開館日)の午後9時(日曜日は午後5時)で締め切ります。
当日のお申し込みは受け付けません(一部の講座は除く)。

●受講のキャンセルについて

(1) 講座申し込み後にお客様の都合により受講をキャンセルする場合は、至急事務局まで電話でご連絡ください。
(2) 一度申し込んだ講座を別の講座に変更することはできません。申し込み済みの講座をキャンセルしてから、再度希望の講座にお申し込みください。ただし、講座申し込み期間内のみ受け付けます。

●受講資格について

受講は原則としてお申し込みされた本人のみとさせていただきます。

承認	受付担当