



人生二毛作
通信
Vol.17

あづみ野エフエムの番組内で 人生二毛作を実践しているシニアの活躍が紹介されます

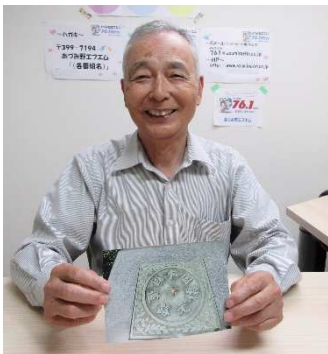
長野県では、シニアの皆さんが生きがいと誇りを持って暮らすことができる“人生二毛作社会づくり”を公益財団法人長野県長寿社会開発センターと連携して推進しています。

安曇野市にある、コミュニティエフエム放送局のあづみ野エフエムに、人生二毛作を実践しているシニアの皆さんが出演し、活動紹介やその思いをお話します。

- 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で聴くことができます。>

2 放送予定の取組(6月10日(月)放送)

「歩いて旅する会」代表 松澤強志さん



代表の松澤さん



中山道



熊野古道

県シニア大学で街道の歴史を学んだシニアを中心として、グループを立ち上げて活動しています。歩きたい街道を決めて、70代、80代でも楽しく歩けるよう、毎回無理のない計画を立て、街道歩きを実践しています。学んで、歩いてこそわかる風景、人とのつながり、グループで歩くことの楽しさを満喫しています。

他のシニアの活動はこちらからも 信州版『人生二モウサク劇場』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



確かな暮らしが営まれる美しい信州
～学びと自治の力で拓く新時代～

しあわせ信州創造プラン 2.0 (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) 原 啓明 (担当) 川村 真
 電 話 026-235-7112 (直通)
 026-232-0111 (代表) 内線 2634
 F A X 026-235-7485
 E-mail kenko-zoshin@pref.nagano.lg.jp