

令和7年度 第3回シニアセミナー（全3回開催）

参加費無料

“2040年問題を知る”

～誰もがよりよく生きるために私たちにできること～



みんなの保健室は国連のSDGの認定を受けています

少子高齢化と人口減少が進むなかで、私たちの暮らしや社会かたちも少しずつ変わっています。こうした時代だからこそ、社会制度の見直しだけでなく、一人ひとりが自分らしい生活を考えいくことが大切です。今回は、地域の人たちが、気軽に生活や健康のことを相談できる場所「サロン みんなの保健室」を立ち上げから5年、地域に根ざした活動を続けてきた渡邊さんに、その思いや、これまでの歩みを伺います。



♡講師からのメッセージ

私は「人は幸せになるために生まれてくる」と信じています。

講師プロフィール

臨床の看護師として40年間病院に勤務し退職後、（公益法人）栃木県看護協会会長、（公益財団法人）日本看護協会監事等を歴任。2020年9月に「サロン みんなの保健室」を立ち上げ現在に至る。

日 期 令和7年 12月5日(金)

10:00~12:00 (受付9:30~)

講 師 (特非) サロンみんなの保健室 理事長 渡邊 力ヨ子 氏

会 場 とちぎ福祉プラザ 2階 第1研修室

対 象 概ね50歳以上の方

定 員 50名(先着順)

申込期限 11月1日(水曜日)17時まで
HP申込みメールフォーム・電話・FAXからお申し込みください



「人生120年の時代ですよー!!
皆さん明るく、楽しく過ごしましょう」
渡邊さんからのメッセージ



「分かりやすく参考になった」「健康の大切さを再認識できた」「社会参加や日常生活に活かしたい」といった声が多く寄せられ、講師の熱意や快活な進行に感謝する言葉も目立ちました。特に2040年問題をテーマにした後半の講演は説得力があり、「幸せホルモンが出た」「明日から実践したい」との前向きな感想もありました。

次回も参加したいという声が多く、学びを地域や活動に広げたいという意欲が感じられるなど、セミナーの意義と成果がしっかり伝わる内容となりました。