

# 出前版

## アクティブシニアのための 地域活動デビューセミナー

実務経験豊富な講師が、  
ボランティアや担い手養成につながる講演を行います！

元気なシニアが地域で活躍することを支援するため道内各地で開催中の「アクティブシニアのための地域活動デビューセミナー」を、ご希望される市町村に出前いたします。生活支援の担い手が必要とされている状況や各地の活躍事例などを知ってもらう機会として、ぜひご活用ください。

オンライン  
参加も対応可

出前講座例

### ●基調講演メニュー（1講演40～60分程度）

①地域の支え合いの必要性や「住民主体の生活支援サービス」等について

**講師 奥田龍人氏（認定NPO法人シーズネット理事長）**

北海道中央児童相談所相談員、医療法人仁心会法人本部ソーシャルワーク支援部長を経て、2013年から現職。豊かなシニア人生を創出するための仲間づくり、居場所づくり、役割づくりの場を提供しています。

②外出や日常生活の支援活動をはじめとした「地域共生の居場所活動支援」等について

**講師 下川原清美氏（NPO法人さっぽろ福祉支援ネットあいなび理事長）**

札幌市消防局（救急業務）に36年間の勤務を経て現職。「移動支援」「生活支援」「地域交流支援」を有償ボランティア活動で行っている。NPO法人全国移動支援サービスネットワーク理事、札幌市社会福祉協議会評議員等々。国土交通省認定福祉有償運送運転者講習認定講師。

③「フレイル予防」と「生きがいづくり」等について

**講師 渡邊一栄氏（健康生きがいづくりアドバイザー北海道協議会代表）**

看護師と健康生きがいづくりアドバイザーの二刀流。高齢者訪問健康指導や特定保健指導の傍らフレイル（加齢による虚弱）予防セミナーを開催するなど、高齢者や定年退職を迎えた元サラリーマンに、健康の大切さや人生の楽しさを提案しています。

### ●活躍事例の一例

①札幌市厚別区の元気シニアインタビュー（動画20分）

高齢者が集いボランティアが営業するお蕎麦屋さんや元看護師が子どもや高齢者の居場所を創った事例など。

②白老町「御用聞きわらび」担い手インタビュー（動画15分）

訪問型サービスB・Dの有償ボランティアとして活躍中のシニアによる生活支援のやりがいなど。

☆対面（現地開催）、またはオンラインによる開催が可能ですので、ご相談ください。

### 【お願い】

- ・講演を依頼される場合は**会場の確保とスタッフの配置**などをお願いします。
- ・オンライン使用時のホスト、講師の調整などは当法人にて行い、経費（講師料、旅費交通費）は発生しません。
- ・出前講座の開催は**令和6年1月末まで**となります。（予算が上限に達した場合は期間中でも終了します）



京極町社会福祉協議会さんでの出前講座  
オンラインで基調講演、意見交換会を開催。  
オンライン参加者にも対応します。

事業HP

アクティブシニア北海道

<https://activesenior-hokkaido.net/>

北海道委託・アクティブシニア等活躍支援事業

実施団体 NPO法人北海道NPOサポートセンター 札幌市中央区南8条西2丁目市民活動プラザ星園201号

TEL.011-200-0973（担当 中西、齋藤） FAX.011-200-0974 Eメール [activesenior-honbu@hnpsc.net](mailto:activesenior-honbu@hnpsc.net)