

調布の地域活動で趣味・仲間・やりがいを見つける！！

調布で踏み出す はじめの一歩

夫婦で地域活動に参加したい

趣味で仲間とつながりたい

人のために何かしたい

生きがいをみつけない

つつい家にこもりがち

居場所がほしい

調布の魅力をもっと知りたい

知り合いを増やしたい

サークル活動

まなぶ

ボランティア

はたらく

参加無料

令和8年 2月8日(日)

13:00~16:00 (開場12:30)

調布市文化会館 たづくり 12階 大会議場

会場でご参加の60名様に
【市制70周年記念バッグ】
プレゼント！
※アンケートに回答された方





調布で踏み出すはじめの一步 プログラム

①講演：人生100年時代を自分らしく ～楽しく豊かな暮らしをデザインしよう～

【これからの暮らしをより豊かにするためのヒントを
老年学と幸福学の知見からをご紹介します】



講師：菅原育子氏

略歴

武蔵野大学ウェルビーイング学部 教授
東京大学高齢社会総合研究機構 客員研究員
東京都健康長寿医療センター研究所 協力研究員

②地域デビューってどうやるの？

【地域活動するにはどこから始めればよいか、
どこに聞けばよいか、各分野の相談窓口をご紹介します】

③わたしの地域デビュー体験談

【地域デビューされた市民の方の体験談】

④参加の皆さまとのふれあいトーク

【参加された皆さまとのグループトーク】



調布市文化会館 たづくり

対象▶調布市内在住・在勤でおおむね50歳以上の方

参加▶会場参加 定員60人(先着順)

▶オンラインzoomでの参加 (年齢制限はありません)

申込み・問合せ▶



電話



Email



042-441-6155 johokona@city.chofu.lg.jp 申込みフォーム

※電話は土・日・祝・たづくり休館日を除く午前9時～正午 / 午後13時～17時まで

※オンライン参加の方はEmailかQRコードからお願いします

イベント2日前までにzoomリンク等をお知らせします

オンライン配信はプログラムの①～③までとなります

申込み締切▶令和8年2月6日(金)17時まで

主催【調布市】

企画・運営【調布市地域デビュー推進委員会】

問合せ・申込み

【調布市 生活文化スポーツ部 文化生涯学習課 生涯学習情報コーナー】

