



人生二毛作  
通信  
Vol.15

## あづみ野エフエムの番組内でシニアの活躍が紹介されます

～誰にでも「居場所」がある、誰にでも「出番」がある～

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”を公益財団法人安曇野市にあるコミュニティFM放送局「あづみ野エフエム」の番組で、その人生二毛作を実践しているシニアの皆さんの取組が毎月紹介されています。今回は伊那市でのシニアの活躍の様子が放送されます。

### 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のアプリで聴くことができます。>

### 2 放送予定の取組(2月放送分)

#### ●コミュニティ・カフェ「セジュール」(伊那市) 放送日 2月12日(月)



誰にでも居場所と出番がある  
まちづくりを目指します

伊那市のコミュニティ・カフェ「セジュール」は不登校や引きこもりといった困難を抱える児童や若者の居場所と出番を応援しています。

地元の協力を得て、祭りやイベント、農業体験、喫茶スタッフのボランティアや、学習のサポートをしています。  
1階は気軽に立ち寄れるコミュニティ・カフェとして、地元の食材を使ったランチも好評です。

◆今回紹介される取組は、同センターが今年3月に発行した「信州版『人生二毛ウサク劇場』～人生二毛作実践事例集～」に掲載されています。

### 信州版『人生二毛ウサク劇場』～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



※この取組は、しあわせ信州創造プラン(長野県総合5か年計画)の政策推進の基本方針「2豊かさが実感できる暮らしの実現」に基づくものです。

## 信州で学ぼう



長野県立大学  
THE UNIVERSITY OF NAGANO  
2018年4月開学



2018信州総文祭  
大会マスコットキャラクター  
信州なび助



信州やまほいく

### しあわせ信州創造プラン(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) 奥原淳夫 (担当) 永井将志 柳澤かおり  
電話 026-235-7112 (直通)  
026-232-0111 (代表) 内線 2634  
FAX 026-235-7170  
E-mail kenko-zoshin@pref.nagano.lg.jp