

地域デビュー支援セミナー

シニア共助担い手塾 in朝霞

～アクティブシニアのはじめの一步～

2025

1/25 SAT. 10:30 ~ 15:00

朝霞市中央公民館コミュニティセンター 集会室



内容

午前の部

基調講演 『自分の好き×地域にいいこと』
～地域デビューのヒントを探そう～

市民活動団体による活動紹介

午後の部

地域デビューに関する相談コーナー

※かんたん健康チェック、ボランティア、就労相談etc.

定員

50名（先着順）

参加費

無料

対象

地域活動に関心のある方、何か始めたいと思っている方

<同日開催>

第15回あさか
市民活動まつり



講師 藤井 美登利

NPO法人川越きもの散歩 代表

たまサポコーディネーター/埼玉未来大学講師

川越にて「きものでまちづくり」をテーマに活動。

埼玉県庁にて、子ども食堂関連のネットワークの
立ち上げや企業マッチングに関わる。

主催・お問合せ・お申込み・交通アクセス

朝霞市：048-463-1417 | simin_katudo@city.asaka.lg.jp

たまサポ：048-728-7116 | katsudo@kenkatsu.or.jp

※たまサポは、“彩の国市民活動サポートセンター”の愛称です。



交通アクセス

活動紹介団体



NPO法人NORDICあさか

北欧生まれのウォーキングエクササイズ、ノルディック・ウォークの普及活動を進めるNPO法人です。身体90%以上の筋肉を使うことで効果的な有酸素運動となり、筋力、軟力を育むだけでなく、「集いの場」にもなっています。(会員数200人、指導員数30名)



NPO法人あさか市民大学

市民向け講座を市民が企画運営するNPO法人です。1.朝霞の歴史・文化・環境等を学ぶ「朝霞を知ろうシリーズ」 2.市民が得意分野を講義する「登録講座」 3.東洋大学神野ゼミと協働での健康講座・専門講師による介護予防体操・会員講師の健康体操等、以上を3本柱とし年間約32講座を開催しています。



NPO法人朝霞ぐらんぱの会

朝霞市内で子育て支援のボランティア活動をしている団体です。主な活動の場は保育園、小学校、放課後児童クラブ、朝霞市や町内会などの地域交流行事など。保育・授業の支援やもの作り・遊びを一緒に楽しんだりしています。活動を始めて12年目。一緒に活動してくれる仲間を募っています。気軽にお問合せください。

【午後の部】

地域デビューに関する相談コーナー

- ・かんたん健康チェック
- ・就労相談 ・ボランティア活動
- ・通いの場 高齢者サロン
- ・市民活動団体紹介

申込不要
どなたでもお気軽
にどうぞ



協力：(社福)朝霞市社会福祉協議会

(公社)朝霞地区シルバー人材センター／明治安田生命保険相互会社