

## 第27回

# 卒サラを考えるはずんだフォーラム

<どうするあなたの10万時間>

## はずんで生きよう 定年後

「船橋市時活村」は、サラリーマンの多くが、定年となる65歳から85歳まで生きるとして持つことになる10万時間という自遊時間を、どう生きるかを考え、実践するヒューマンネットワークです。

『卒サラを考えるはずんだフォーラム』は、「自分（わたし）流のはずんだ生活（くらし）を目指す市民運動」として毎年開催し、今年27回目となります。

定年となるまで、地域社会とのふれあい体験の少ない方々に、「ネットワークづくり」や地域の仲間との活動の中で「新しいライフスタイル」が生まれることを私たちは願っています。これからの10万時間を自分流に活かし、どう生きていくかについて話し合いをしたいと思います。

■開催日:2024年5月26日(日)

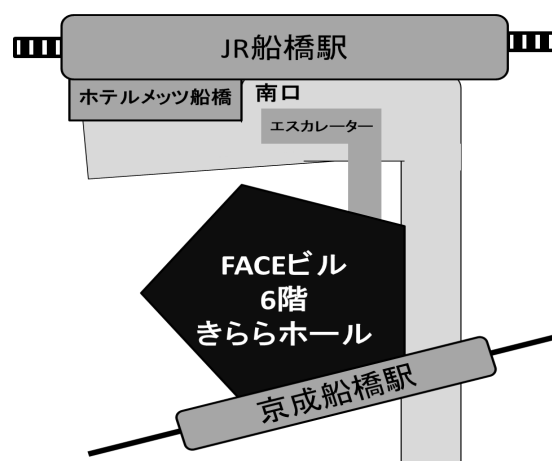
13時30分～16時00分  
(受付開始12時45分より)

■会場:船橋市民文化創造館(きららホール)

JR船橋駅前FACEビル6階  
JR船橋駅下車 南口徒歩3分  
京成船橋駅下車徒歩2分

■参加費:無料(予約不要、自由参加)

### 会場案内図



卒サラヒューマンネットワーク

主催: NPO法人 船橋市時活村  
後援: 船橋市  
船橋市教育委員会  
ふなばし健やかプラン21市民運動推進会議  
NPO法人船橋レクリエーション協会  
千葉県レクリエーション協会



QRコード

# ☆☆☆ プログラム ☆☆☆

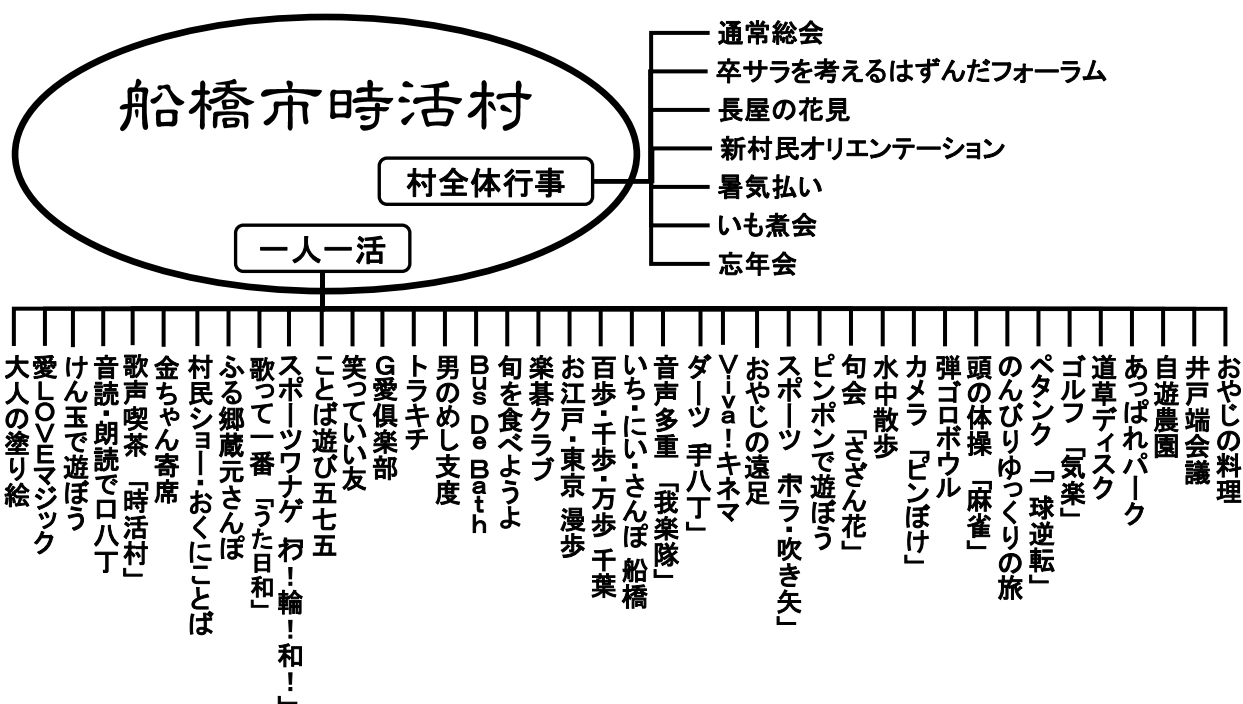
- 13:30~14:30 第一部 基調講演  
「自分流に楽しもう10万時間」
- 14:30~14:40 来賓ご挨拶
- 14:40~14:50 第二部 達人式
- 14:50~15:05 (休憩)
- 15:05~16:00 第三部 ディスカッション  
「どうする！あなたの10万時間」

## 第25回

### 達人式

65歳を迎えられた方を人生の達人として、卒サラ以降の人生10万時間を生き活きと希望をもって生活していくスタートの場として、参加した皆さんで祝福したいと思います。  
わが国唯一の達人式は、今回25回目を迎えました。

「船橋市時活村」は、平成7年4月に創立し、今年で29年目を迎えます。サラリーマンなら誰もが経験する「定年」を考え始めた人から、既に定年になった人々が、《定年=卒サラ》という共通項で、ヒューマンネットワークを結ぼうという集まりです。サラリーマンの多くが、定年となる65歳から85歳まで20年間生きるとして持つことになる「10万時間」の余暇時間（自遊時間）を「どう・がんばらないで・はずんで生きていくか」を考え、実践するために、一人一人が何か一つの活動（一人一活）を見つけ、以下に掲げたその（一人一活）の活動や、村が主催する活動（村全体行事）に参加しながら、【自分づくり】【仲間づくり】をしつつ、地域社会へのソフトランディングを目指します。平成15年度には千葉県内の団体としては初めて、内閣府から「社会参加章」を受章しました。更に平成29年2月には、地域再生大賞選考委員会が選ぶ「第7回地域再生大賞特別賞」を受賞しました。



NPO法人

船橋市時活村

〒274-0063

千葉県船橋市習志野台1-11-1 八田ビル2階

TEL 047-402-2414 (月~金午前10時~午後4時)

Fax 047-402-2415 メール [toi@jikatsumura.org](mailto:toi@jikatsumura.org)

ホームページ <https://jikatsumura.org> QRコード

