

# 元気に地域参加

# ぼくらの秘訣

～4つのカッコいい生き方～

## 近所の人に挨拶

顔を合わせたら  
挨拶できる人を  
10人つくる

## 教育と教養

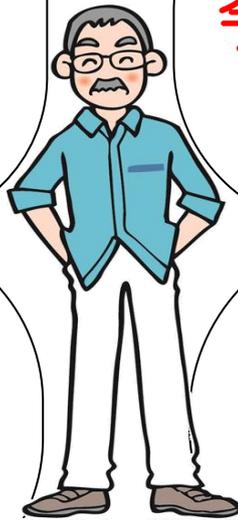
今日行くところがある  
今日用事がある

## 居場所と出番づくり

楽しいことをする  
地域に役立つことをする  
仲間をつくる

## まずは3年続けてみる

地域で頼りにされ  
信頼される関係



**日時** 6月28日(日) 10:30~12:00

**会場** 「エセナおおた」1階 会議室B

**定員** 30名 **参加費** 無料

**参加方法** 先着順(事前予約も受付けています)

主催：大田区立男女平等推進センター「エセナおおた」

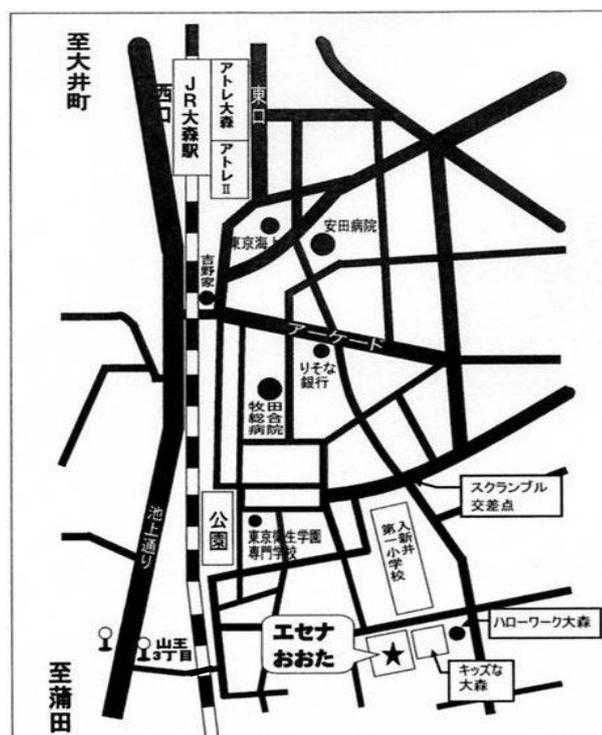
会場住所：〒143-0016 東京都大田区大森北 4-16-4 TEL03-3766-4586 Fax03-5764-0604

E-mail: [escena@escenaota.jp](mailto:escena@escenaota.jp)

- 障害者施設に出向き、みんなで楽しく公園清掃をしている
- ベビーカーを整備して、子育て中のママ、パパに喜ばれている
- 子どもの送り迎えを楽しくやっている「育爺」
- 世界の子どもに日本語を教えている
- 配食サービスの調理をしている
- 高尾山の山守りをやっている
- 乳幼児向けイベント「親子で遊ぼう」のお手伝いをしている。
- パソコン講座の講師をしている
- おいしいコーヒーを入れて、子育て中のママに「ホット」とする時間をプレゼントしている
- ボランティアをしたい元気シニアと、力を借りたい方々をつなぐコーディネーター



4人の活動報告を通して  
あなたの地域デビューの  
きっかけを作る  
ワークショップです。



JR京浜東北線 大森駅より徒歩8分  
駐車場はありません。

## 申込・問合せ先

主催：みんなの地域参加応援団  
TAS (サードエイジサロン)

申込・問合せ先: FAX 03-5718-3105

E-mail [teruhiko@crocus.ocn.ne.jp](mailto:teruhiko@crocus.ocn.ne.jp)