

地域で役に
たてること
あるかな？

第 1 回

あたらしい
スキルを学ぶ？

地域デビュー むさしの

地域での自分探し～はじめての一步～

趣味に
生きる？

参加者募集!!

まだまだ
働く？

地域デビューむさしのは、これから何かをはじめたい！地域で仲間を作りたい！自分の人生をもっと充実させたい！そんな皆さんを応援する催しです。

「仕事」「学び」「地域活動」「趣味」の4テーマを主軸にしたパネルトークと気軽におしゃべりをしながら情報交換できる時間をご用意しました。地域で活動する人たちとの交流を通じて、次なる“**はじめての一步**”を踏み出すキッカケを一緒に探しませんか？

2026年 2月15日 日 14:00-16:30

武蔵野スイングビル 11階レインボーサロン (武蔵野市境2-14-1)

対 象

- 定年前後の方
- 地域で新しく活動を始めたい方
- 地域で仲間を作りたい方

参加費

無料

申し込み

右記の二次元コード、
または電話かメールで下記の
宛先までお申し込みください。



講師紹介



北原 譲 氏
(キャリアコンサルタント)

大手都市銀行の法人部門に
30年在籍し、52歳で関連会
社に転籍。47歳でキャリア
コンサルタント資格を取
得。最近ではライフシフトプ
ランナー資格などでライフ
シフトの啓発活動に携わっ
ている。

主催：社会福祉法人武蔵野市民社会福祉協議会
ボランティアセンター武蔵野
地域デビューむさしのプロジェクト

電 話：0422-23-1170
メール：vcm@shakyou.or.jp