

# ライフデザイン・プログラム

## 参加者募集

参加  
無料

過去を振り返り、現在を整理することで、理想の人生を描く「ライフデザイン」の考え方を活用したプログラムを開催します！他者と対話しながらじっくり自分と向き合い、自分の望む生き方・働き方を考えてみませんか？あなたの可能性を広げるヒントがきっと見つかります。

色々な方とあれこれ話したい方、  
グループで対話をしたい方向け

### ライフデザイン・ワークショップ

内容

参加者同士で対話をしながら、これまでの人生を振り返り、自分の未来をデザインすることで、チャレンジのきっかけづくりを応援するワークショップです。

対象

38～53歳の方歓迎！静岡市内在住または通勤・通学している方ならどなたでも参加OK！  
定員20人(先着順)

講師

梅本 龍夫 氏 有限会社iGRAM代表取締役  
立教大学大学院社会デザイン研究科客員教授

臼井 清 氏 合同会社志事創業者代表  
事業開発アーティスト

日時・会場

2024年7月19日(金)12:30～17:00  
パルシェ7F (静岡市葵区黒金町49番地 JR静岡駅ビル内)

募集期間

お申込みフォームから、7月16日(火)までにお申込みください。

個別に話をしたい方  
じっくり話をしたい方向け

### ライフデザイン・ダイアログ

内容

3～5人で対話を行います。あなたのお話を複数人の相談員が伺います。  
※医療行為に当たる内容や専門家によるカウンセリングではありません。  
※相談員は、過去にライフデザインプログラムに参加された方や、支援機関の職員等です。

対象

静岡市内在住または通勤・通学している38～53歳の方  
定員各回1人(先着順)

日時  
会場

開催日	時間	会場	募集期間
8月1日 (木)	① 14:00～14:55	静岡市役所 静岡庁舎本館4階 静岡市葵区追手町5-1	お申込み フォームから、 各回実施の 5日前まで にお申込み ください。
	② 15:10～16:05		
8月6日 (火)	① 14:00～14:55	地域福祉共生センターみなくる 静岡市駿河区南八幡町3-1 (静岡市立南部図書館2階)	
	② 15:10～16:05		
8月21日 (水)	① 14:00～14:55	静岡市役所 静岡庁舎本館4階 静岡市葵区追手町5-1	
	② 15:10～16:05		

お問合せ

静岡市 地域包括ケア・誰もが活躍推進本部  
(静岡市葵区追手町5-1 静岡庁舎14階)  
TEL: 054-221-1624

お申込  
フォーム



7月1日(月)から  
申込受付開始!

# ライフデザイン・プログラム

## 参加者募集



参加  
無料

過去を振り返り、現在を整理することで、理想の人生を描く「ライフデザイン」の考え方を活用したプログラムを開催します！他者と対話しながらじっくり自分と向き合い、自分の望む生き方・働き方を考えてみませんか？あなたの可能性を広げるヒントがきっと見つかります。

色々な方とあれこれ話したい・聞いてみたい方、  
グループで対話をしたい方向け

### ライフデザイン・ワークショップ

内容

参加者同士で対話をしながら、これまでの人生を振り返り、自分の未来をデザインすることで、チャレンジのきっかけづくりを応援するワークショップです。

対象

38～53歳の方歓迎！静岡市内在住または通勤・通学している方ならどなたでも参加OK！  
定員20人(先着順)

講師

梅本 龍夫 氏 有限会社iGRAM代表取締役  
立教大学大学院社会デザイン研究科客員教授

臼井 清 氏 合同会社志事創業者代表  
事業開発アーティスト

日時・会場

2024年9月17日(火) 12:30～17:00  
地域福祉共生センターみなくる (静岡市駿河区南八幡町3-1 市立南部図書館2階)

募集期間

お申込みフォームから、9月10日(火)までにお申込みください。

個別に話をしたい方  
じっくり話をしたい方向け

### ライフデザイン・ダイアログ

内容

3～5人で対話を行います。あなたのお話を複数人の相談員が伺います。  
※医療行為に当たる内容や専門家によるカウンセリングではありません。  
※相談員は、過去にライフデザインプログラムに参加された方や、支援機関の職員等です。

対象

静岡市内在住または通勤・通学している38～53歳の方  
定員各回1人(先着順)

日時  
会場

開催日	時間	会場	募集期間
9月11日 (水)	① 14:00～14:55	静岡市役所 静岡庁舎新館9階 静岡市葵区追手町5-1	お申込み フォームから、 各回実施の 5日前まで にお申込み ください。
	② 15:10～16:05		
9月27日 (金)	① 14:00～14:55	地域福祉共生センターみなくる 静岡市駿河区南八幡町3-1	
	② 15:10～16:05		

お問合せ

静岡市 地域包括ケア・誰もが活躍推進本部  
(静岡市葵区追手町5-1 静岡庁舎14階)  
TEL: 054-221-1624

お申込  
フォーム



8月15日(木)から  
申込受付開始!