

あなたの**経験**や**スキル**を
地域で活かしてみませんか



新たな
チャレンジを
したい

地域との
つながりを
持ちたい

キャリアを
活かして
貢献したい

気の合う
仲間と
出会いたい



参加費
無料
定員 **60名**
*定員を超えた場合は抽選

対象者 市内在住の**70歳前後**

仕事等で培った知識・経験・スキルを活かしたい方、地域の活性化に貢献したい方

「シニア×生きがいマatching事業 よこはまポジティブエイジング」は、シニア世代と地域の企業・団体での地域貢献活動をつなぎ合わせるプログラム。基礎講座を受講した後、個人やチームで地域の企業・団体での活動に参加する機会をマatchingします。

詳しくは

ホームページまたは二次元コードから
ご確認ください。



よこはま シニア 生きがい 🔍

よこはまポジティブエイジングの目指すこと

地域への貢献

よりよい地域や社会のために
仕事等で培った知識・経験・
スキルを活かして貢献できます。

**受講生同士の
交流**

新たな仲間
コミュニティとの出会いや
地域とのつながりができます。

**新たな自分や
地域の再発見**

無理なく自分に合った形で
地域に関わる
きっかけができます。

本プログラムについて知りたい方は
キックオフイベントにご参加ください!

日時 6月30日[火] 14:00~16:00

会場 Kosha33ホール

横浜市中区日本大通33番地 神奈川県住宅供給公社2階

講演
シニアの地域参加と
テクノロジー

檜山 敦氏 一橋大学大学院教授



主催：横浜市健康福祉局 企画・運営：関内イノベーションイニシアティブ株式会社

本事業は、令和8年度横浜市就労の活動支援事業(モデル事業)です。受講生の方には、アンケートやヒアリング等にご協力いただく場合があります。



活動までの流れ

まずは基礎講座を受講し、その後、希望に合わせてスキルマッチングやチームチャレンジに進みます。

期間：2026年7月～2027年3月まで

● 基礎講座【全2回】

● 個別相談

地域の活動に向けた学びや、知識・経験・スキルの棚卸し。

受講生のニーズに寄り添った
スキルマッチング

企業・団体などから切り出された活動に、経験・スキルを活かして参加します。

企業・団体のニーズに取り組む
チームチャレンジ

事前講座 + チームチャレンジへの参加

※企業・団体などから提示されたテーマ・課題に、3～4人のチームで取り組みます。

※チームチャレンジは2026年度第一期・第二期の受講者のみを対象としたプログラムです。

基礎講座

よこはまポジティブエイジングの活動にあたっての基礎を学ぶ講座です。

第一期

会場 横浜市開港記念会館 1号室
横浜市中区本町1丁目6

第一回

7月24日(金) 18:30～20:30

地域とのつながりが導く健康長寿

講師 鈴木 宏幸

東京都健康長寿医療センター研究所 研究員

第二回

7月31日(金) 18:30～20:30

地域でいきいきコミュニケーション

講師 東 浩司

株式会社ソラーレ代表 / キャリアカウンセラー

申し込み開始日 6月22日(月)



鈴木 宏幸

東京都健康長寿医療センター研究所 社会参加とヘルシーエイジング研究チーム。中央大学大学院文学研究科心理学専攻修了 博士(心理学)。高齢期における社会参加活動に関する研究に従事している。

第二期

会場 戸塚区総合庁舎3階 多目的スペース
横浜市戸塚区戸塚町16番地17 戸塚区総合庁舎3階

第一回

9月16日(水) 14:00～16:00

地域とのつながりが導く健康長寿

講師 鈴木 宏幸

東京都健康長寿医療センター研究所 研究員

第二回

9月25日(金) 14:00～16:00

地域でいきいきコミュニケーション

講師 東 浩司

株式会社ソラーレ代表 / キャリアカウンセラー

申し込み開始日 8月1日(土)



東 浩司

1971年生、転職6回を経て長女の誕生を機に研修講師で独立。株式会社ソラーレ代表、キャリアカウンセラー、NPO法人ファザーリング・ジャパン会員、前・逗子市市民協働コーディネーター。

よこはまポジティブエイジング活動は 無償または有償のボランティア、業務委託です。※雇用関係を結ぶ活動ではありません。

受講生の声



Aさん (男性)

家で特にやることもなく過ごしていたけど、生きがいと仲間ができた。



Cさん (男性)

日ごろは東京都内の会社とリモートで仕事をしており、仕事の中で生成AIを活用しています。スキルマッチングで障がい者福祉関連団体に生成AIを活用した業務効率化をボランティアでサポートするようになり、現在は業務委託で携わっています。

内部の打ち合わせの議事録を生成AIで自動作成し、図式化して提示したところ、打ち合わせでさまざまな意見が出て、議論が活性化するようになりました。



Bさん (女性)

ずっと主婦でいたけれども、地域で活躍できるきっかけができた。

お問い合わせ 関内イノベーションイニシアティブ株式会社

電話：045-306-8333 E-mail:jimukyoku-ypa@massmass.jp

横浜を拠点に2010年から地域起業人材育成講座、ソーシャルビジネス事業者への伴走支援やプロボノプログラム、エリアマネジメントに関する調査研究やコンサルティングなどを展開しながら、次時代を担う街や社会のエコシステムの形成を目指している。 <https://kii-net.jp/>

詳細はこちらをご覧ください



<https://yokohamapositive.localinfo.jp/>