

定年3.0時代 孤独と幸福の間で、ここにある時間

人生100年時代。

ひとりの時間も、つながりの時間も

どちらも大切にしながら 自分らしく社会と関わり続ける
生き方を実現するために。

孤独と幸福が交差する—

評価も正解もない「今、ここにある時間」に参加しませんか。

WORK

TRANSITION

COMMUNITY

LIFE

WELL-BEING

2026.
11.15 SUN
14:00 - 15:45

世代を超えて、
語り合える場所がある。

DIFFERENT GENERATIONS.
A SHARPED TOMORROW.



会場

コワーキングスペース
oinai karasuma



対象

男性 15名
(先着順)



参加費

200円
(お茶代)



保育申込締切

11.8 (日)

11.19 INTERNATIONAL MEN'S DAY

国際男性デー 2026 | スペシャルプログラム



開催趣旨

人生100年時代。

従来の「定年後は余生」という価値観は「生涯現役（定年3.0）」へ変化しています。より良い人生のために、自分らしい働き方や暮らし方、人とのつながりを見つめながら、

『仕事の肩書を離れたとき、自分には何が残るだろう。』

『これから誰と、どんな時間を過ごしたいだろう。』

そんな問いを、世代を超えた男性がフラットな対話を通して考えます。

孤独と幸福の間には「ただそこにある時間」が流れています。

話してもいい。聴いているだけでもいい。

ただ、そこにいるだけでもいい。

ひとりの時間を大切にしながら、ひとりにならないために。

これからの暮らし方、つながり方を、一緒に見つけてみませんか。

こんなことを話し合います



豊かな
生きがい



健やかな
エイジング



地域との
つながり



世代を超え
た交流

プログラム

オープニング

趣旨説明・アイスブレイク

情報提供

「定年3.0時代—孤独と幸福の間で、
ここにある時間—」

グループトーク&ワーク

少人数での対話・意見交換

まとめ

気づきの共有・クロージング

講師

池口 武志

1963年、京都府生まれ。一般社団法人定年後研究所所長。86年、同志社大学経済学部卒業後、生命保険会社に入社。本部と販売現場の両面で多様な職種の人材育成に携わる。

2016年より人材育成支援サービスを行う株式会社星和ビジネスリンクに出向。18年一般社団法人定年後研究所の設立を担当。以降、理事長として「定年前後」に関する様々な調査・発信活動、サービス開発に携わる。21年4月より現職。また、21年4月から桜美林大学大学院でジェロントロジー（老年学）を学び、23年還暦で修士号修得。

ファシリテーター

大谷 道高

開催概要

日時 2026年 11月 15日（日） 14:00 - 15:45

会場 おいしい烏丸
京都市中京区烏丸通蛸薬師下る手洗水町647
トキワビル 4F

定員 先着15名（先着順） / 参加費 お茶代 200円

保育 あり（要申込） 申込締切: 11月 8日（日）

申込方法

下の二次元コード、またはメール・お電話にて
お申込みください。



申込フォーム 075-212-8013 jigy@wings-kyoto.jp

〒604-8147 京都市中京区東洞院通六角下る御射山町262 京都市男女共同参画センター ウィングス京都
《開館時間》月～土 9:00～21:00（水曜休）日・祝 9:00～17:00

公益財団法人京都市男女共同参画推進協会 啓発・連携チーム

●個人情報の取り扱いについて 申込者の住所・氏名・連絡先などの個人情報は申込みいただいた講座催しに関する事務連絡および各種事業のご案内などに使用し、他の目的には一切使用いたしません。

主催：京都市 企画・運営：公益財団法人 京都市男女共同参画推進協会

発行：令和8年9月 京都市文化市民局共生社会推進室 京都市印刷物第081650号

