

参加無料

「若者」でも「シニア」でもない私たちの
人生を考える東京都北区の週末イベント

2026

2/27(金) 18:30
~20:00

28(土) 10:00
~18:00

3/1(日) 10:00
~18:00

イベント詳細はこちら



場所

ジェイトエル

〒114-0034

東京都北区上十条 2丁目 27-1

ジェイトモール 3階

JR 埼京線「十条」駅から徒歩1分

JR 京浜東北線「東十条」駅から徒歩9分



そろそろ
これなら
作戦会議

主催：北区しごと連携担当課・一般社団法人公共とデザイン

本事業は、デザイン思考推進の取り組みとして、高齢福祉課・長寿支援課・介護保険課と連携し、実施しています。

Kita-ku
Design
研究所

『若者ではない、でもまだ“シニア”と呼ばれることに違和感がある』

仕事や子育てなどに日々追われる時期と本格的な老いの時期の「あいだ」は、
これからの人生をじっくりと選び直すことのできる転換期でもあります。

わたしたちは、そんな「あいだ」の世代を

「そろそろこれから世代 (=そろこれ世代)」と呼んでみることにしました。

「そろそろこれから作戦会議」では、

これまで自分が積み重ねてきたもの、身体やまわりの環境変化に改めて目を向け、
自分らしい「そろそろこれから」を想像するきっかけの場を目指します。

子育ても一段落。
これから何をしよう？

今さら方向転換って、
アリ??

退職後の暮らしを
想像する時間がない

実は昔から
こんなことやってみたいと
思ってた

EVENT CONTENTS

そろこれ世代の **これまで**

じぶん史新聞づくり **生成AI**

これまでの人生を、少し立ち止まって振り返ってみませんか。思い
出を話しているうちに、「これ、やってみたいな」が浮かんでくる
ことがあります。お話しした内容は生成AIで「じぶん史新聞」に
してお渡しします。

開催時間 (90分制)

・2月28日(土) 10:30~16:00~
・3月 1日(日) 10:30~16:00~

※各回の実施時間は北区ホームページをご覧ください。

予約優先



そろこれ世代の **ヤッヤッ**

頼ったり、頼られたり。 「たよログ」づくり

「頼れる人がいると安心する」

「頼ってもらえたらなんだか嬉しいかも」

そんな一人ひとりの「頼り・頼られエピソード」を
集めて「たよログ」を作るブース。あなたのちょっ
としたエピソードをひとつ、教えてください。

そろこれ世代の **これこれ**

そろこれラジオ(公開収録)

会場の一角で、ゆるやかなラジオを収録しています。ふらっ
と聞いただけでも、マイクの前に座って話してみてもOK。
匿名のお便り参加もできます。

そろこれ世代の **これなら**

わたしたちのサブスキル図鑑

仕事や暮らしだけでは語りきれない、経験や日々の積み重ねに目
を向けるブース。日常の中に眠る「得意かも」を言葉にし、「もし
ももうひとつ仕事を持つなら？」をゆるやかに妄想します。

TALK EVENT 先輩たちから「そろそろこれなら」を学ぶ

そろこれ世代の少し先
を歩む方々をゲストに
お迎えし、これからの
暮らし方や生き方につ
いてお話を伺うトーク
イベント。

予約優先



THEME

そろそろこれからの
“定年後”



楠木新さん

文筆家／ビジネス評論

1954年神戸市生まれ。大学卒業後、生命
保険会社に入社。50歳から勤務と並行して
執筆や講演に取り組む。2015年定年退職。
2018~22年神戸松蔭女子学院大学教授。
25万部超えのベストセラー『定年後』(中公
新書)ほか著書多数。

2/28(土) 14:00~15:30

THEME

そろそろこれからの
“あたらしい私”



広瀬裕子さん

エッセイスト／設計事務所共同代表
／空間デザイン・ディレクター

東京、葉山、鎌倉、瀬戸内を経て、2023年
から再び東京在住。現在は、執筆の傍ら、
商業施設、住宅の空間デザインのデレクション
にも携わる。最新刊『60歳からあたらしい
私』(扶桑社)等。

Instagram: @yukohirose19

3/1(日) 14:00~15:30