



お知らせ

セカンドライフ相談室

「セカンドライフ」は主に定年退職後の「第二の人生」を指します。市は、50歳以上の皆さんを対象に相談室を開設し、新しいことを始めたい人の相談に応じています。

富士市セカンドライフ相談室

セカンドライフに新しいことを始めたいシニア世代の皆さんを対象とした個別相談を行っています。

▼電話相談

相談日／月～金曜日 10～18時
※年末年始・祝休日を除く。

▼出張相談窓口

相談日／毎週土曜日 10～15時
ところ／シニア&子どもカフェ遊ゆう
(今泉一丁目6-6)

※祝休日など休みの場合があります。詳しくは富士市セカンドライフ相談室へお問い合わせください。

無料 進呈 セカンドライフ おすすめガイド

セカンドライフに「市民活動」を始めてみませんか。シニア世代の参加を募集している市民活動団体を掲載した小冊子を改訂発行しました。希望者は電話で富士市セカンドライフ相談室へ(先着30人)



シニア世代に今届けたい「Withコロナを賢く生きる講演会&情報展示」

とき／11月14日(土)
ところ／富士市交流プラザ2階多目的ホール

内容／10時～14時30分 情報展示

- 「コロナ禍のセカンドライフのヒント」・セカンドライフ相談コーナー
- ▼10時30分～11時30分 講演会①「Withコロナの時代を賢く過ごす安全安心はリスクコミュニケーションから」▼12時20分～13時 ピアノ演奏▼13～14時 講演会②「どうするようになる With コロナのお葬式～激変する葬儀事情を知ろう～」
- ※講演会の定員は各回150人(①10時～②12時～整理券配布)です。
- ※新型コロナウイルス感染症対策として入場制限を行う可能性があります。
- ※状況により中止する場合があります。11月12日(木)までに(一社)まちの遊民社ウェブサイトでお知らせします。

問合せ

富士市セカンドライフ相談室 事務局(一社)まちの遊民社
☎(88)9036
市民協働課 ☎(55)2701 ☎(53)6963
E si-kyoudou@div.city.fuji.shizuoka.jp



▲まちの遊民社ウェブサイト



募集

有名通販サイトギフト券が毎月30人以上に当たる!

ふじ健康ポイントでお得に健康づくり

ふじ健康ポイントは、健康管理アプリ「グッピーヘルスケア」(無料)をスマートフォンにインストールすることで貯められます。歩くことで貯まるポイントで、月1000ポイントを貯めると抽せんに参加できます。

ポイントの貯め方

次のような行動でポイントが獲得できます。

行動	獲得ポイント
アプリを起動する(1日1回)	10
体重を記録する(1日1回)	10
1日に2000歩、歩く	10
1日に5000歩、歩く	10
1日に8000歩、歩く	10
イベントに参加する(1回)	100

登録手順



- QRコードからアプリをインストールし、起動する
- プロフィールの各項目を入力し「登録」を押す



- 「富士市」ページに切り替わったかを確認する



- 各項目を入力し「同意して利用開始」を押す



- 「富士市」を押す



- 左上の「+」マークを押す



- 目標数値を入力し「更新」を押す

問合せ

健康政策課
☎(64)9023 ☎(64)7172
E ho-kenkou@div.city.fuji.shizuoka.jp



▲ふじ健康ポイントについて