

2025年4月開始



# 100年 活躍ナビ



人生100年ずっと自分らしく



「100年活躍ナビ」は、身近な地域での活動に関心をお持ちのシニア・プレシニアの方と、地域のイベントやボランティア活動とをつなぐWEBサイトです。

## 100年活躍ナビで出来ること

自分にあった活動を見つけることができる



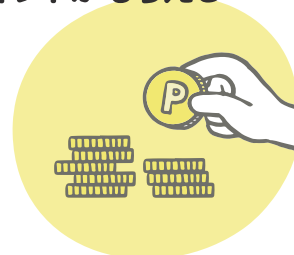
「100年活躍ナビ」には様々な種類のイベント・活動が掲載されており、自分の興味や関心にあった活動を見つけられます。

気軽に参加できる



「100年活躍ナビ」に掲載されているのは、1日単位のイベント・活動が中心のため、初めての方でも気軽に参加できます。

ポイントがもらえる



「100年活躍ナビ」に登録し、対象イベント・活動への参加やアンケートに回答することで、「東京ポイント」を取得できます。



### 団体・介護施設など

各種イベント・ボランティア等や  
随時募集の情報を掲載できます

募集



掲載イメージ

### 利用者のみなさん

自分の関心にあったイベントを探して  
気軽に申込できます



参加  
申込



<https://100nen-navi.metro.tokyo.lg.jp>

100年活躍ナビ



東京都福祉局

# 100年活躍ナビの登録方法

## 利用者のみなさま



ユーザー登録を行うことで、興味・関心に合った地域のイベントなどの情報をメールで受け取ることができる、参加申込時の情報入力が必要になるなど、より便利に「100年活躍ナビ」をご利用いただくことができます。

また、ユーザー登録を行った方は、イベント参加等により「東京ポイント」を取得することができます。

なお、掲載情報の閲覧や参加申込は、ユーザー登録なしでご利用いただけます。



※画像はイメージです

① 登録はこちらから

② 登録後のログイン  
はこちらから

SNSログインも可能

- LINE
- Google

## 団体のみなさま



「100年活躍ナビ」では、イベントやボランティア活動への参加者を無料で募集することができます。

サイト上で団体の基本情報の登録を行い、事務局による確認後、イベントの登録、団体ページや活動レポートの作成などが可能になります。

詳しくは、サイトをご確認ください。



介護施設等の皆様へ

「100年活躍ナビ」では、介護現場でのシーツ交換や食事配膳等の業務、レク活動の講師などのボランティア募集を「Chot介護」として掲載します。

登録・掲載  
**無料**

※ご利用にあたっては、「100年活躍ナビ」の利用規約を必ずご確認ください。

## お問い合わせ

「100年活躍ナビ」事務局

TEL: **03-5989-0499** (月～金 9:30～17:30)

E-mail: [tokyo-100nen-navi@asahi.com](mailto:tokyo-100nen-navi@asahi.com)