

快適エイジング講座

今や日本は100歳を快適に過ごす時代です。
そのための秘訣をお教えします。是非参加ください。

6月12日(月)13時30分～16時

6月26日(月)13時30分～16時

講座は、2回に分けて開催します。

どちらかだけの参加だけでも構いませんが、連続して参加頂くと効果的です。

日時：6月12日(月)13時30分～16時 マイノート書き方講座
6月26日(月)13時30分～16時 生きがいサポート講座

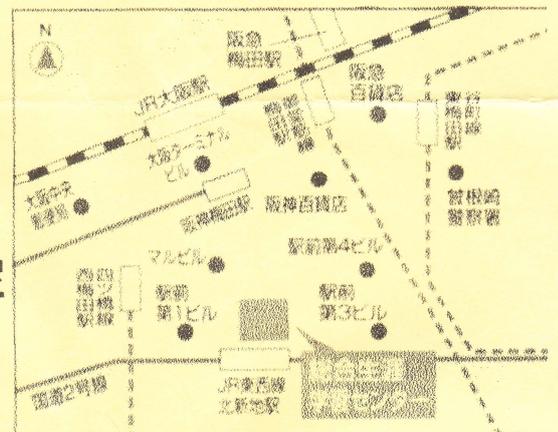
費用：無料です。

講師：NPO法人 生きがい大阪認定講師

場所：大阪市立総合生涯学習センター
大阪府大阪市北区梅田1丁目
1-2-2-500

大阪駅前第2ビル 5階 第8研修室

定員：25名



内容：

●マイノート書き方講座

誰でも、介護の必要性があります。いざと言う時に、困らぬようあなた自身のことを知ってもらうマイノートの書き方を教えます。

●生きがいサポート講座

人生100歳時代。いきいき生きるために、生きがいとはなにか自分の生きがいをどのように考えるか、経験を元にお話します。

「この事業は公益財団法人大阪コミュニティ財団/山口淑子友愛基金から助成を受けています」



NPO 生きがい大阪

NPO
生きがい大阪

連絡先： 小山 紀彦

Tel・FAX 072-635-7707

メール: caaej715@hcn.zaq.ne.jp

平成 27 年度 ネットワークサロン

一人で 暮らせなくなった時 どうしますか？

～歳を重ねる前に知っておきたい
医療保険と介護保険～

日時 2月13日(土) 午前 10:00 ～ 12:00

会場 大阪市立総合生涯学習センター 第8研修室
(大阪駅前第2ビル・5階)

2025年には団塊の世代の人達が後期高齢者になって、医療と介護の需要が増加します。あなたは自分の健康・医療・介護について十分認識し、将来図を描いていますか？ 医療保険と介護保険の違い、在宅医療の実際をわかりやすい言葉で解説します。

(講師：医療法人未来会 みらいクリニック事務長 後藤 起慶)

【参加費・定員】

参加費：500円 定員：24名

対象：どなたでも

実施団体：大阪の医療の未来を考える会

【問い合わせ・申込】

大阪市立総合生涯学習センター
(大阪市北区梅田 1-2-2-500 大阪駅前第2ビル5階)

来館・TEL・FAX・インターネットにて受付

TEL：06-6345-5004 FAX：06-6345-5019

<http://osakademanabu.com/kouza/umeda/3381>