

\\ 今話題の「終活講座」を開催します //

今から始める古い支度 ～第二の人生をすてきに生きる～

自分の人生を自分らしく生き、自分らしく終わるためにはどうすればいいのでしょうか。

老いをポジティブにとらえ、これからの人生の設計図を自分自身で描く方法を学びましょう。

「男らしさ」や「女らしさ」とらわれず、「自分らしく」生きる方法も学べます。

第1回 3月1日(土) 午後1時30分～4時

- ① 人生再設計のすすめ ～生きがいをもって、楽しく、元気に生きるために～
- ② エンディングノートを書いてみよう(1) ～介護・看病について～

第2回 3月15日(土) 午後1時30分～4時

- ③ エンディングノートを書いてみよう(2) ～終末期の医療や死後のことについて～
- ④ こころの健康・からだの健康 ～元気で長生きするために～

場所 市役所 別館2階 研修室 **定員** 30人(先着順)

参加費 1,000円(2回分、資料代込)

対象者 市内在住、在勤、在学の概ね50歳以上の男女
(原則、両日参加可能な方)

講師 吉田清彦さん(ライフプランナー)

申込方法 1月10日(金)から電話・ファクス・ハガキ・メールにて受付ます
電話以外の場合は、①氏名(フリガナ)、②住所、③年齢、④電話番号を明記



**申込み
問合せ**

羽曳野市 人権推進課 (〒583-8585 誉田4-1-1)

電話 : 072-947-3606 **FAX** : 072-958-8061

メール : jinkensuishin@city.habikino.lg.jp