

最期の時まで楽しくすごそう!!

終活



終活アドバイザー
吉田奈津子

サポートセミナー

12/5(金)10:30～12:00

①終活講座

「相続とお金の困らない話」
～家族に迷惑をかけないお金の話～

②健康講座

「100歳まで歩ける秘訣」

③お困りごと相談

1/9(金)10:30～12:00

①「片づけ×思い出整理」

～モノと心を軽くする片づけ術～

②「手作り石鹸体験」

2/6(金)10:30～12:00

①「私の医療と介護の希望」

～もしもの時に伝えたいこと～

②「アロマで心をととのえる」

※講座内容は変更する場合があります

参加費 各回500円 定員 12名（先着申込順）

会場 かるがも館（調理室）多摩市和田2006-4

終活とは、自身の最期をどんなふうに迎えたいのか、残りの人生をどんなふうに生きたいのか、これまでの人生を振り返って、これからのことを考えること。

みなさまの毎日の暮らしが、最後まで元気で楽しくあるために、趣味や健康の維持増進、法律と福祉の面からサポートしてまいります。

予約開始日：11月26日（水）14時から電話にて受付

お申込先：かるがも館 事務局 電話：042-372-7575

主催：終活健幸サポート多摩（多摩市ボランティアセンター登録団体）

共催：かるがも館運営協議会健康福祉部