



おさだWELL-BEING教室

おさだPOWERUP

おさだっぷ

おさだWELL-BEING教室 "おさだっぷ" は

人生に起こり得る《様々な変化》を自分らしく乗り切るチカラをつけるため『頼れるその道のプロ』をお招きして学ぶ、座談会形式の気軽で楽しい教室です♪

日程	テーマ&講師	申し込み開始日
8/22 (木)	高齢ドライバー安全運転教室 『フレイル予防と安全運転を一緒に考える』 健康寿命と運転人生を延ばすコツを教えるプロ NPO法人びくにくく 理事長 前島 るみ子 さん	受付中!
9/19 (木)	『話しちゃいます! 私の介護の失敗談& 被災時に役立つ! 介護食の作り方』 管理栄養士、防災士 在宅介護から看取り介護経験者 向坂 智子 さん	8/20 9:30~
10/24 (木)	『自分史づくりと生きがい探し』 ~認知症にならないためのコツ、教えます~ 長田地域包括支援センター 看護師 石橋 明日香	9/20 9:30~
11/21 (木)	『人生の終着駅 どこでどんなふうを迎えたいですか?』 ~人生の最終段階の医療やケアについて考えましょう~ 静岡市社会福祉協議会 さっか 訪問看護ステーションしずおか 管理者 栗冠 弘美 さん	10/21 9:30~
12/19 (木)	『死の授業』 ~どんな風に死にたいか・どんな風に生きたいか~ 拈華山(ねんげさん) 龍津寺(りょうしんじ) 住職 勝野 秀敏 さん	11/20 9:30~
1/23 (木)	『お金の授業』 ~子どもに迷惑をかけないために 相続・遺言編~ ファイナンシャルプランナー 天野 FP さん	12/20 9:30~
2/20 (木)	『もしもの時、ペットのことはどうしましょう?』 ~飼い主もペットも、最期に不幸にならないために~ 静岡NPO法人 その小さいいのち守りたいプロジェクト 代表 佐野 友美さん	1/20 9:30~

~各回共通事項~

静岡市エンディングノートを使います。
お持ちでない方には当日お渡しします♪

先着順!
定員20名

会場：長田生涯学習センター (駿河区寺田131-1)

時間：10:00~12:00 [受付 9:30~]

1回だけ参加でも大歓迎! 全部参加はもっと大歓迎!

申し込み・お問い合わせ

長田地域包括支援センター

☎ **054-268-5080**

主催：駿河区長田地域包括支援センター 共催：静岡市長田生涯学習センター