

はじめての **終活講座** を開催します！

小諸市役所 高齢福祉課 からのお知らせ

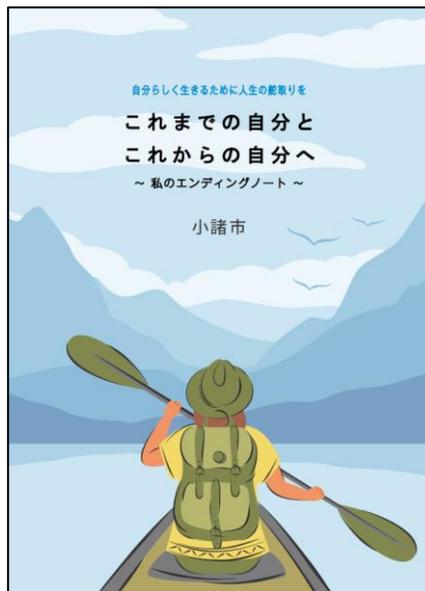
小諸市民向けセミナー

「終活と言っても何から始めたらいいかわからない」「最近、終活という言葉をよく聞くけど、具体的に何をすればいいの？」「親が元気なうちに終活に取り組んでほしい」という皆さまに向けて、終活への第一歩を踏み出すきっかけとなるように、はじめての市民向けセミナーを開催します！

■詳細情報

- (1) 日時 令和5年7月1日(土) 午後2時～3時30分 (会場受付 午後1時30分～)
- (2) 場所 小諸市市民交流センター ステラホール
- (3) 講師 株式会社鎌倉新書 村田ますみ氏 (終活アンバサダー)
- (4) 内容 終活の基本から、相続と遺言書、お墓、葬儀などの終活として取り組むこと、エンディングノートの書き方など、終活のはじめの一歩となる講座となっています。
- (5) 参加費 無料
- (6) 対象者 小諸市民
- (7) 定員 100名

※取材が可能は場合は、事前に高齢福祉課までご連絡ください。



◀ 講座内で、エンディングノートを実際に書いてみるワークを行います。
エンディングノートをお持ちでない方には、当日配布します。



小諸市が考える”終活”とは、
「長くなった高齢期を最期まで自分らしく過ごすための活動」です。

■問い合わせ先

小諸市役所 高齢福祉課 地域ケア推進係 担当：中嶋
Tel 0267-22-1700 (内線 2135) Eメール care@city.komoro.nagano.jp