

令和6年度 いきいきシニア講座

「いつまでも自分らしく暮らしたい！」

元気なうちから「自分のこれから」について考え、

備えていけるよう講座を開催いたします。一緒に勉強していきましょう！



エンディングノートを書いてみよう！

金沢区版エンディングノート「これから」を一緒に書いてみませんか？

持っているけど書いていないと中断している方や、書き換えを考えている方、これから書いてみたいという方、書き方を説明しますので一緒に記入してみましょよう。

参加者には金沢区版エンディングノート「これから」ともしも手帳を差し上げます。

15名
(どなたでも)
無料

日時：11月27日(水) 13:30-15:00

場所：いきいきセンター金沢2階 多目的研修室

定員：15名(お申込み受付順)

持ち物：筆記用具・飲み物

Ending
Note

(お問合せ・申込み) 電話または受付でお申込み下さい

横浜市泥亀地域ケアプラザ 担当：土部

電話 045-782-2940 FAX 045-782-2959

※駐車場の用意はありません。