

老後の不安をなくし、幸せな最終章を送るための終活

人生の身仕舞い支度講座

健康寿命・延命治療・介護離職・終の住処・葬儀供養

平成30年 2月・3月・4月・5月の開催日

6月以降も毎月 第4金曜日に定例開催します

◇ 開催場所 明日都浜大津
大津市市民活動センター 会議室

◇ 開催日時 ◇

① 2月23日 ② 3月23日

③ 4月27日 ④ 5月25日

日時は全て金曜日の午後1時30分～
3時30分。講座は1回ごとの完結です

◇ 参加費 800円（教材に使用する
「私と家族のあんしん手帳」を含みます）

「私と家族のあんしん手帳」

高齢者が健康寿命を延ばし、幸せに安心して
過ごすために必要な情報や知識を満載した手
帳です。医療や介護、延命治療に関する希望
なども記入できます【1冊 500円 税別】



シニアあんしん倶楽部

〒520-0025 大津市皇子が丘2-10-25-2812

ご好評いただいております出前講座もお申し込み受付中です



出前講座の様子

◇ 講座の主な内容

- ・ 終末期の医療や介護に関する希望の書き方
- ・ 認知症やがん、脳卒中などの予防について
- ・ 介護保険制度や成年後見制度の利用方法
- ・ 子どもを介護離職させない親の準備とは
- ・ 介護施設の選び方や終の住処の決め方など

シニアあんしん倶楽部とは

地域にお住いの高齢者の皆さんの自立意識
を高め、豊かで幸せな生活を送るためのお手
伝いをします。また、会員同士の交流や相互
支援、お楽しみイベントを通じ“幸せと生き
がい”を共有することを目標にしています

お問い合わせ、お申し込み

☎090-1904-8883（稲垣）

☎090-9985-0404（伊藤）

「シニアあんしん倶楽部」は

“会員の幸せと生きがい” “地域の高齢者の支援” を目指します



会員を募集しています

週に一度は“仲間に出たい”“仲間と話したい”
“仲間とお茶を飲みたい”“行くところが欲しい”
と思われる人は私たちの仲間になって一緒に活動
して楽しみませんか？

◆私たちは毎月定期的に下記のような活動をしています

- ・毎週金曜日（午後1時～4時）、場所は明日都浜大津の市民活動センター会議室など
- ・第1金曜日は「ティサロン 絆」 会員がお茶を飲みながらおしゃべりしたり、ちょっとした困りごとの相談など。会員の友達や一般の人でも自由に参加できます。
- ・第2金曜日は「ミーティング」 会員への連絡事項や意見交換、相談ごとを話し合います。
- ・第3金曜日は「会員勉強会」 福祉・介護・医療などの新しい情報や知識を共有します。
- ・第4金曜日は「人生の身仕舞い支度講座」の運営のお手伝いをお願いしています。
(自由に見学できますので、お気軽にお立ち寄りください)

◆会員対象のさまざまなお楽しみイベントを開催しています



秋のレクリエーション（光明寺）

- 1月 ランチ新年会
- 4月 お花見大会
- 5月 初夏の野外レクリエーション
- 8月 盛夏の野外レクリエーション
- 10月 秋の野外レクリエーション
- 12月 ランチ忘年会

◆入会金・年会費について

- ・入会金：2,000円
- ・年会費：2,000円

※事務局運営費の他、資料作成費
などに使用します

◆お問い合わせ・お申し込み

シニアあんしん倶楽部

☎ 090-1904-8883（稲垣）

☎ 090-9985-0404（伊藤）