

北区社会福祉協議会主催講座

「今から考える、老い支度」連続講座

長い老後をより良く生きるために、老いの準備運動をはじめませんか！

この講座は「上手に老いるための自己点検ノート」を使って、老後の準備をするための振り返りを行い、遺言や任意後見制度、葬儀などこれから必要なことをまとめて学ぶことができる講座です。第1回～4回のお好きな講座を選んでご参加ください。（各回定員80名です）

■講座内容

第1回目「上手に老いるための自己点検ノート」

日時：11月25日（金）午前10時～11時30分
会場：北とぴあ 7階 第2研修室（地図参照）
講師：石黒秀喜さん（財長寿社会開発センター常務理事）
テキスト：「上手に老いるための自己点検ノート」
費用：800円（テキスト代）※当日お支払いください。

※このテキストは、たとえ認知症でコミュニケーション能力が低下したときでも、自分の望む老後や介護を受けることができるように、自分の思いや願いを伝えるものとして作成された記入式ノートです。

第2回目「遺言のイロハ～書き方から手続きまで～」

日時：11月28日（月）午後2時～4時
会場：北とぴあ 14階 スカイホール（参加費無料）
講師：富永忠祐弁護士

第3回目「知っているようで知らない 葬儀のあれこれ」

日時：12月5日（月）午後2時～4時
会場：北とぴあ 14階 スカイホール（参加費無料）
講師：石塚有宏氏（NPO法人インテイクコミュニティ縁生舎）



第4回目「認知症になっても私らしく」を支える成年後見制度のお話と個別相談会

日時：12月14日（水）午後2時～4時30分
会場：岸町ふれあい館3階第5集会室（地図参照）
お話と相談：（社）成年後見センター・リーガルサポート東京支部北・荒川地区（参加費無料）
*第4回のみ司法書士による無料個別相談がご利用いただけます。

■お申込み方法

11月7日（月）朝9時より、電話 **03-3906-2352** にて申し込み受付をいたします。

*聴覚障害の方はFAX(3905-4653)もしくはEメール（下記参照）でお申し込み下さい。

①お名前、②連絡先（FAXもしくはEメール）、③参加希望の回をお知らせ下さい。

■バリアフリー対応

手話通訳あり。各会場ともエレベーターあり、建物内には車いす対応のトイレも設置されています。

■お問合せ先

社会福祉法人北区社会福祉協議会 老い支度講座担当：小原（おばら）

電話 03（3906）2352 Eメール soumu@kitashakyo.or.jp

