

若葉台地域ケアプラザ  
地域包括支援センター主催

秋の講座 2023

# エンディングノート



旭区版エンディングノートを使い、  
3つの講座を開催します。  
もしも…の時は、いずれやってきます。  
エンディングノートを書き、介護保険制度を学び、  
終活について一緒に考えませんか？  
これまでの人生を振り返ることで、  
これからの人生が豊かに前向きになりますよ！

## 活用講座



	日 程	講 座	受付開始 日 時
①	10月25日(水) 13:30~15:00	旭区版エンディングノートの書き方 …今のうちに、想いを書き留めませんか？	9/26(火) 10時から
②	11月1日(水) 13:30~15:00	介護保険制度、知っていますか？ …介護保険サービスや利用方法について	10時から
③	11月29日(水) 13:30~15:00	終活.初めの一步!「今」できる事 …相続、遺言、葬儀、お墓など終活全般 講師:終活ライフケアサロン 土田 聡氏	10/11(水) 10時から

対象者 : 若葉台にお住まいの方  
場 所 : 若葉台地域ケアプラザ 2階  
定 員 : 各回24名(先着順)  
持 ち 物 : 上履き・筆記用具  
参加費 : 無料 (単発受講が可能です)  
申 込 み : 講座ごとにお電話又は来館で事前予約制

<申込み・問い合わせ>

横浜市若葉台地域ケアプラザ 地域包括支援センター  
☎ 9 2 3 - 8 8 3 1 担当:千葉・野秋

