

「住み慣れた地域で 安心した生活を続けよう！」



- ・光が丘地域包括支援センター職員がご説明いたします。
- ・ご参加自由です。ご友人、ご家族の方へお声かけ頂き、是非お出かけください
- ・当日は感染予防対策を行いながら実施いたします。
- ・旭町南地区区民館でも参加申し込みできます。(共催 旭町南地区区民館)

第1回 「ひとり暮らしでも大丈夫？(ひとり暮らし事業)」

日時： 6月14日(火) 午後2時～午後3時30分

場所： 旭町南地区区民館 会議室2

講師： 梶・広瀬(光が丘地域包括支援センター職員)



第2回 「健康でいるためには？(健康・フレイル予防)」

日時： 8月25日(木) 午後2時～午後3時30分

場所： 旭町南地区区民館 会議室2

講師： 中村(光が丘地域包括支援センター職員)



第3回 「もの忘れが気になりだしたら？(認知症)」

日時： 10月14日(金) 午後2時～午後3時30分

場所： 旭町南地区区民館 会議室2

講師： 相川(光が丘地域包括支援センター職員)



第4回 「掃除や買い物が大変!足腰も鍛えないと!

(介護保険)」

日時： 12月15日(木) 午後2時～午後3時30分

場所： 旭町南地区区民館 会議室2

講師： 氷上・三好(光が丘地域包括支援センター職員)



第5回 「お金は大切、契約もちゃんとしたい(成年後見)」

日時： 令和5年1月12日(木) 午後2時～午後3時30分

場所： 旭町南地区区民館 会議室2

講師： 高橋(光が丘地域包括支援センター長)



第6回 「自分の最期はどうしたい？(終活)」

日時： 令和5年3月24日(金) 午後2時～午後3時30分

場所： 旭町南地区区民館 会議室2

講師： 梶・広瀬



連絡先：光が丘地域包括支援センター
03-5968-4035
担当 梶・広瀬