

図書館活用セミナー×市職員出前講座



終活のすすめ

みなさんは、10年後20年後の暮らしについて考えていますか？

自分らしい暮らしには、何が必要だと思いますか？



からだところどころの健康に気をつけ、安心して過ごすために、早くからできることがあります。“おかざきゴールデンシニア人生ゲーム”を通して、シニアの疑似体験をしながらコマを進め、数多くの高齢者の健康長寿と暮らしに関わるキーワードに触れることで、終活についてみんなで考えましょう。

また自身の情報や意思を記しておくための“終活ノート”の配布もします。



講師：岡崎市ふくし相談課 職員

図書館活用セミナーとして、中央図書館1階にある“医療情報コーナー”の紹介と、関連図書の展示リストの配布も行います。

日時

2月24日（火）

10：00～11：00（開場9：45より）

会場

図書館交流プラザリぶら 1階103会議室

定員

先着30名（参加費無料）

申込

2月9日（月）から受付開始。申込書を図書館カウンターまでお持ちいただくか、電話または右記のコードからお申し込みください



申込
（あいり電子申請・届出システム）

問合せ先：岡崎市立中央図書館 電話（0564）23-3111 FAX（0564）23-3165 9時～21時