

「終活よもやま話」

～老後を楽しく生きるヒント～

やがてはひとりになると思っていても、何から始めたらよいの？講師の豊富な経験と知識を「よもやま話」で学び、元気なうちに、楽しく、無理なく「終活」を考えてみませんか。



医療

介護

葬儀

お墓

相続

1月25日(月) 13:30～15:10

【場 所】 青森市男女共同参画プラザ「カダール」研修室（アウガ5階）

【定員】 50人（参加無料） ☆マスク着用でご参加ください☆



【講師】 高松 隆さん

（上級終活カウンセラー）

【終活とは】

自分らしく生きる、人生をよりよく充実させるための活動です。



＜＜申込み・問合せ＞＞

青森市男女共同参画プラザ「カダール」

〒030-0801 青森市新町 1-3-7 アウガ5階

TEL：017-776-8800（平日9時～18時）

FAX：017-776-8828 メール：kadar-kouza@kadar-acor.jp（件名に「終活講座」と入力）

氏名、日中連絡がとれる電話番号をお知らせください。



□ 青森市は平成30年4月1日「男女共同参画推進条例」を施行しました。平成8年10月には「男女共同参画都市」を宣言しています。

□ 主催：青森市男女共同参画プラザ「カダール」（指定管理者：NPO法人あおり男女共同参画をすすめる会）

【参加にあたってのお願い】

- * 必ずマスクを着用してご参加ください。
- * 発熱や咳など、当日体調が優れない方は参加をご遠慮ください。
- * 会場への入退室の際、手指の消毒をお願いします。
- * 受付で検温を行います。
- * 講座開催時、随時部屋の換気を行います。
- * 新型コロナウイルス感染状況により、開催を見合わせる場合があります。ご了承ください。



【申込方法】

電話・FAX・メールまたは直接ご来館ください。

青森市男女共同参画プラザ「カダール」(青森市新町 1-3-7 アウガ 5 階)

T E L: 017-776-8800 (平日 9:00~18:00) FAX: 017-776-8828

E-MAIL kadar-kouza@kadar-acor.jp

(件名を「終活講座」とし、お名前、電話番号、講師へ質問がありましたら、お知らせください)

1/25(月)「終活講座」参加申込書

(* 印は必須項目)

*お名前	フリガナ
*電話番号	
所属団体 (あれば記入)	
講師へ質問 (あれば記入)	

(ご記入いただいた個人情報は、講演会に関する連絡のために使用させていただきます)