

主催 とおやま福祉検討会
共催 南信濃公民館/上村公民館

終活とは・・・？
人生の終わりについて
考え、備える活動です。

遠山郷終活 セミナー

終活について、無料で学べて体験できます！
これから終活について考えていきたい方、
どなたでも大歓迎です！

参加費
無料

第1回 「終活する」ということ

なぜ「終活」が必要なのか？
最期まで自分らしく生きるためにすべきこととは

令和7年1月7日（火） 会場 上村公民館

講師 セレモニーホール飯田
専務取締役 伊藤佳代子氏

第2回 病気や介護のこと

高齢になるとかかりやすい病気やその予防法、
介護施設の上手な選び方

1月21日（火） 会場 南信濃地域交流センター

講師 とおやま福祉検討会
保健師・遠山荘相談員

第3回 お金のこと

財産管理や相続にまつわるお金のこと
成年後見人制度とは？

2月4日（火） 会場 上村公民館

講師 飯田市社会福祉協議会
飯田成年後見支援センター
センター長 宇佐美千尋

第4回 お墓や葬儀のこと

実は知りたかった、墓じまいや永代供養、
葬儀に関すること

2月19日（水） 会場 南信濃地域交流センター

講師 下條村 松源寺
住職 中村重信氏

第5回 人生会議（ACP）のこと

最期まで自分らしく生きるために
エンディングノートに記してみよう！

3月5日（水） 会場 南信濃地域交流センター

講師 とおやま福祉検討会
遠山荘所長 山崎元宏

- ・時間は全て13時30分～15時00分です。
 - ・先着20名の受付となります。原則5回すべてにご参加ください。
 - ・5回すべてに参加された方へは、最終回にて素敵なプレゼントを進呈します。
 - ・お申し込みは12月13日（金）までに南信濃公民館または上村公民館へお電話ください。
- 申込方法 南信濃公民館（0260-34-5111）または上村公民館（0260-36-2211）へ
下部を切り取りご提出いただくか、お電話ください。

氏名	地区（どちらかに○）	電話番号	送迎（どちらかに○）
	南信濃・上村		希望する（場所： ） 希望しない