

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

60～70代の元気なうちに  
「終活する」ことの意味を学びます。

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

## 第2回 病気や介護のこと

説明

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

説明

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

説明

2月18日 (火) 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

## 第5回 エンディングノートのこと

説明

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○)         |
|----|-------------|------|---------------------|
|    | 上村 ・ 南信濃    |      | 希望する(場所: )<br>希望しない |