

令和 6 年度

松山市 / 松山市社会福祉協議会

# シニアライフ講座

～これからも 自分らしく 心豊かに～  
高齢者の生活に役立つ、知っているようで知らない福祉や生活の情報  
など、60 歳以上の方やその家族等を対象とした連続講座です

受講料無料

全 9 回講座

## 対象者

市内在住の 60 歳以上の方や本講座のテーマに  
関心のある方（全ての講座を受講できる方）

## 定員

20 名 ※定員を超えた場合は抽選

## 会場

いきがい交流センターしみず 交流室 1  
（松山市清水町 3 丁目 15 清水小学校北校舎 2 階）

## 申込方法

はがきに「シニアライフ講座」と明記の上、郵便番号、住所、  
氏名、年齢、電話番号、受講動機を記入し郵送、または専用  
応募フォームにてお申し込みください。

※申し込みいただいた個人情報は、本講座以外には使用しないことを  
申し添えます。

## 締切日

令和 6 年 5 月 10 日（金）必着



実践的知識を  
得られて  
腰が座った！



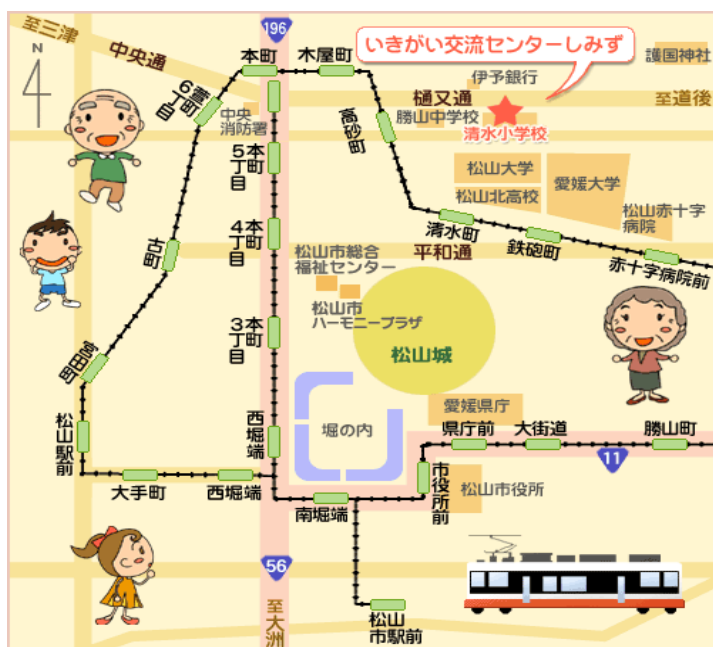
終活に向けて  
道筋がわかり  
よかった！

## お問合せ / 申込先

松山市社会福祉協議会 いきがい交流センターしみず  
〒790-0823  
松山市清水町 3-15 清水小学校北校舎 2 階  
TEL/FAX : 089-923-1355



	日 時	テ ー マ 【講 師】
第 1 回	5月29日(水) 9時半▶11時	オリエンテーション 【担当：松山市社協 いきがい交流センターしみず】
第 2 回	6月 5日(水) 9時半▶11時半	住み慣れた地域ですっと暮らしたい 【講師：松山市社協 地域福祉部 地域支援課】
第 3 回	6月12日(水) 9時半▶11時半	介護保険で未来をデザイン 【講師：松山市地域包括支援センター味酒・清水】
第 4 回	6月19日(水) 9時半▶11時半	知って安心！ 成年後見制度 【講師：松山市社協 事業部 権利擁護センター】
第 5 回	6月26日(水) 9時半▶11時半	相続と遺言のいろは 【講師：リーガルサポートえひめ支部 司法書士】
第 6 回	7月 3日(水) 9時半▶11時半	みんなで学ぼう認知症 【講師：認知症の人と家族の会】
第 7 回	7月10日(水) 13時半▶15時半	介護者のストレスケア 【講師：愛媛県精神保健福祉士会 精神保健福祉士】
第 8 回	7月17日(水) 9時 ▶ 12時	終活① ～人生の振り返り～ 【講師：役者】
第 9 回	7月24日(水) 9時半▶11時半	終活② ～エンディングノートの作り方～ 【講師：終活サポート協会】



外観・入口



\*いきがい交流センターしみずへは伊予鉄道高砂町または清水町駅で下車し、ご来所ください。  
\*駐車場はありません。お車の方は、近隣のコインパーキング等をご利用ください。