

令和 7 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

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 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 7 年 5 月 9 日 (金) 必着



実践的なテーマで
とても参考に
なった！



具体的な
内容でわかり
やすかった！

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28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 4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 11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 18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 25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 2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 9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 16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 23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。