

令和 2 年度

# 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や適切な介護方法など、60歳以上の方やその家族等を対象に「シニアライフ講座」を開催いたします。

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)  
※第6回の認知症に関する講座は、小学5年生以上の方は参加可。

## 定員

20名  
※受講申込者が定員を超えた場合は、  
抽選とさせていただきます。

## 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3-15 清水小学校北校舎2階)

## 申込方法

はがきに「シニアライフ講座希望」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、郵送してください。  
※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2年5月7日(木)必着

実用的なテーマで  
とても参考に  
なった!



気になっていた  
終活に取り組む  
きっかけとなった!

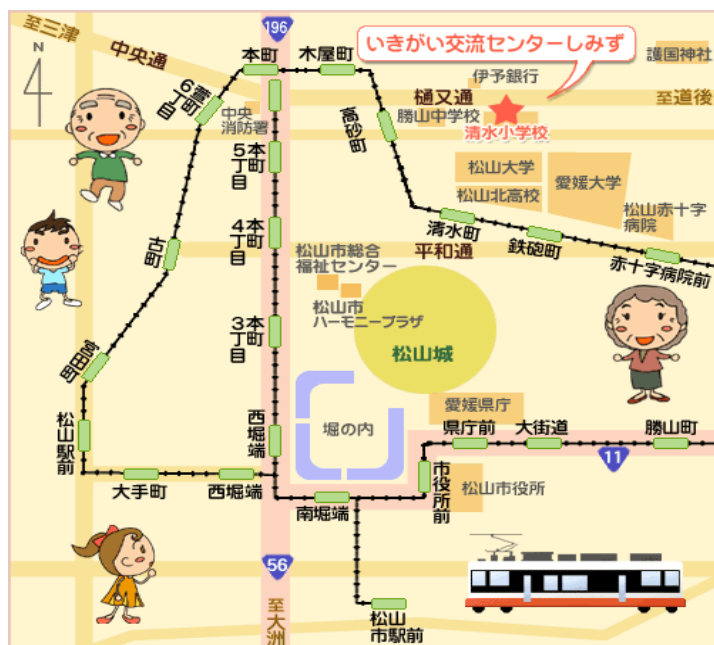
受講者アンケートより

## 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20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 2 回	5月27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 3 回	6月 3日(水) 9時半▶11時半	ストップ！ 詐欺被害 【講師：松山市消費生活センター】
第 4 回	6月10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24日(水) 9時半▶11時半	財産管理と遺言 【講師：リーガルサポートえひめ支部 司法書士】
第 6 回	6月27日(土) 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 1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 8日(水) 9時 ▶ 12時	終活① ～人生の振り返り～ 【講師：シアターねこ 役者】
第 9 回	7月15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。