

はじめました!!

『これから手帳』活用講座

わたしの想いを書き留めてみませんか？
～これからの生活が充実したものになるよう準備しませんか～



「これから手帳」



別冊ノート「わたしの思い」

これから手帳とは

高齢期を迎えても“自分らしく暮らし続ける”ために今、この「これから手帳」と別冊ノート「わたしの思い」を活用し「今の生活とこれからの暮らし」について考えます。

介護が必要になった時、想いを伝えられなくなる前に、自身が望む暮らし方、大切にしていることを書き留めて、これからの生活を充実したものに変わっていくのが「これから手帳」です。

包括支援センターの職員が、みなさんの集いの場へ出かけて行きます。
講座の時間は1時間程度です。

まずはお電話をください！



【お問い合わせ・お申込み】

地域包括支援センターみよし（三次市十日市東3丁目14番1号）

電話 0824-65-1146

FAX 0824-65-1132

