

平成 29 年度 健康生活を支える研修会(第 1 回)

開催日時 平成 29 年 10 月 24 日(火) 14 時～15 時 30 分

テーマ 『終活』ご存知ですか？

講師 花かたばみの会 井川 裕子さん

会場 今津病院 2 階 会議室

対象 どなたでも !(^ ^)!

「人生のエンディングを考えることを通じて“自分”を見つめ、“今”をよりよく、自分らしく生きる活動」
あなたのこれまでの人生を見つめ、これから残りの人生をどのように生きていきたいか思い描いてみましょう。

1 自分の気持ちを整理することができます。

不安や、悩みなど、気になっていることが明確になることで気持ちが晴れていきます。

2 ご家族、大切な方への負担を軽くすることができます。

残される家族や、大切な方へ伝えたいことを明確にしていくことや、現実的な問題としてふりかかってくる、葬儀の手配や相続の問題などの課題に対して、あらかじめ手を打っておくことにもなります。そうすることで、ご家族や大切な方の経済的、心理的な負担を軽くすることができます。

3 今から“よりよく生きていく”ための準備が進められます。

「自分の納得のいく人生を送った」という実感を持って、誰もが最期の時を迎えたいと考えています。しかし、現実なかなか難しいもので、思ったようにはいかないものです。普段、なかなか向き合えない、“本当にやるべきこと”、“本当にやりたいこと”を明らかにして、残りの人生を後悔のないように生きるための準備をしてみませんか？

申し込み

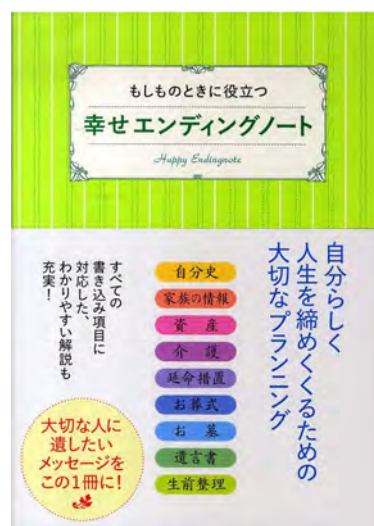
裏面を記載してFAXにてお申し込みください。

締め切り 10月23日(月)まで

今津病院 高島市今津町南新保 87 番地 1

電話 0740-22-2238 FAX 0740-22-

5125



FAX送信票

平成 29 年度 健康生活をささえる研修会 (第 1 回) 参加申込書

平成 29 年 10 月 24 日(火)開催

締め切り 10 月 23 日(月)

今津病院 あて

(FAX 0740-22-5125)

氏名	備考(所属・住所など)

研修会でお聞きになりたいことがあればご記入下さい。

--

お問い合わせ先

今津病院・地域連携室(竹本)

電話 0740-22-2238