

自分らしく生きるために

～エンディングを考え、これからを豊かに生きる～

人生90年時代のラスト30年を豊かに生きることの大切さに気づき、自助・共助・公助について理解しながら、終活について学習し、自己決定していくための入門講座です。どうぞご参加ください。

日時: 3月19日(火)午後2時～4時

場所: おださがプラザ (相模原市南区南台3-20-1、小田急相模原駅前)

講師: 一般社団法人 安藤企画の安藤智文 (あんどうともふみ) さん



終活とは自分の死を意識して、最後を迎えるに当たっての準備やそれまでの人生を振り返り、その証を総括することです。安藤智文さんは「終活」のお手伝いをするために「安藤企画」を立ち上げました。「終活で豊かなセカンドライフを」をテーマに、身の回りの整理・住まいの終活・相続トラブルなど、日々、高齢者を対象とした総合的な相談・助言・援助活動を行っています。

内容: 終活の大切さと概要を理解し、さらに共助としてのボランティア活動などへの理解を深める。

受講料: 無 料

対象: 市内在住・在勤・在学の40歳以上の方

定員: 50人 (申し込み多数の場合は抽選。抽選に漏れた場合は、お知らせします。)

申込み: 往復はがきにて、往信の欄に郵便番号、住所、氏名、電話番号 (できれば携帯電話も) を記入し、返信の欄にご自分の住所氏名を記入 (3月12日必着)

〒252-0236 相模原市中央区富士見6-1-20 あじさい会館内
相模原ボランティア協会講座係 ([同内容でメールにて申込みも可](#))

問合せ: 相模原ボランティア協会 042-759-7982

(担当者から折り返しお電話します。)

e-メール: sagamiva@feel.ocn.ne.jp



主催: 認定・NPO法人 相模原ボランティア協会

共催: 社会福祉法人 相模原市社会福祉協議会