

第27回中高年いきいき講座

# 人生100年時代の人生会議！

～いつまでも、輝くシニアを目指し、みんな元気に！～

『人生会議(ACP=アドバンス・ケア・プランニング)とは、今後、自身が受ける医療やケアについて、自分の考えを家族や近い方と話し合い、考え、「心づもり」を周囲の方と共有する。自身の意思決定を支援する手順のことです。今後どんな生き方をしたいですか？自らが希望する医療やケアを受けるために、自分自身で前もって考え、周囲の信頼できる人たちと話し合い、共有することが大切です。皆さんと一緒に考えてみましょう！

受付： 9：10

○日 時： **2023年 2月26日(日)**

開演： 9：30

○場 所：所沢市新所沢まちづくりセンター(新所沢公民館)ホール

終演：12：30

○内 容：第1部 講演

テーマ：「人生100年時代の人生会議・考え、これからに向けて」  
～いつまでも、輝くシニアを目指し、みんな元気に！～

講師：京谷 圭子 先生

(所沢市・星の宮クリニック院長)



第2部 アトラクション

①フラダンスショー

出演：(カウナラ代表：川島寿子 氏)

②津軽三味線

演奏：津軽三味線団体「Sawari=サワリ」

○参加料：500円/人 (当日、集めさせていただきます)

○交 通：西武新宿線新所沢駅(西口)下車徒歩7分

○定 員：120名先着

●コロナ感染予防対策：三密(密集・密着・密閉)回避、マスク着用、手洗い・手の消毒を厳守に、ご協力をお願いいたします。

----- 切らずにFAXして下さい -----

○お申し込み

○締め切り：**2月18日(土) 必着**

参加申込書にご記入のうえ、FAXで **04-2942-3746 (山田 武)** へ送信してください。

または、申込内容をEメール本文での送信でも結構です。メルアド：**yamdtaks@way.ocn.ne.jp**

○お問い合わせ先 TEL：04-2955-1835 (齊藤秀夫)、TEL：04-2924-7088 (磯 竹栄)

参加申込書			
フリガナ 氏名	-----	男・女	( 歳 )代
現住所	〒 ー	電話 ( )	FAX ( )

**主催：NPO法人ときめきライフ埼玉**

後 援：所沢市

社会福祉法人所沢市社会福祉協議会

一般財団法人健康・生きがい開発財団

協 力：所沢市新所沢まちづくりセンター