

私らしく老い支度

～幸せと感じて暮らしていきたい、あなたに!～



ケアプランって、
何の事かご存知ですか?
介護保険のサービスを利用する
ための計画のことですよ

人生最期まで自立した市民として、
自分らしく暮らすヒントを見つける講座です。
幸せを感じる老後の生活は人それぞれ。
だから、ケアプランのこと、
自分で考えてみたいですね。
講師は、全国マイケアプランネットワーク代表の
島村八重子さんです!!

<http://www.mycareplan-net.com>



自分の生きてきた、
ものがたりか…



大事なことを
決めるときには
自分にも
聴いてほしい

♥日 時：2019年11月17日（日） 13時30分～16時（13時開場）
（途中で20分ほどの休憩を入れます。みんなでの話し合いもあります）

♥会 場：障害者総合支援センター（フレンドリー） 多目的室（3階）
西東京市田無町4-17-14（地図は裏面）

♥資料代：300円

♥申込方法：FAX、メールまたは直接申込み。
裏面をご覧ください。

♥締め切り：11月7日（木） 先着50名。



自分らしいケアプラン、
つくってみませんか

【主催】ま・ち・い・き 塾

地域で生きるをテーマにみんなで考える会です。
「向台とねりこの家」(西東京市向台町1-6-7) で
毎週金曜日に活動しています

11月17日(日) 講演会 申込み

『私らしく老い支度』

お名前			
ご住所	郵便番号 (—)		
年齢	歳	性別	男性・女性・その他
電話・メール			

★この用紙にご記入の上、お申込みください。

■ファックス：042-468-5455

■メール：99matiiki@gmail.com

■直接申込み：「ま・ち・い・き塾」までお持ちください。

「向台とねりこの家」(西東京市向台町1-6-7)で、
毎週金曜日11～19時に受け付けます。

当日の会場は、
こちらです。

