

元気な今だからこそ考えたい！

将来、安心して過ごすため「**備え**」について考えてみませんか

回覧

「これからの私」を考える

初めの一步 講座

～大切な人と話してみませんか～



日時：令和8年10月15日（木）

13時30分～15時まで ＊参加費無料

＜対象者＞シニア世代

＜開催場所＞大東行政センター 1階講義室

（旧：大東コミュニティセンター）

須賀川市の作成した

「わたしノート（エンディングノート）」

～自分が望む生き方や医療・ケアについて～

ご参加の方には「わたしノート」をプレゼントします！

こんなこと考えたこと
ありませんか？

- ✓ 最後の時まで住み慣れた
自宅で過ごしたい
- ✓ 受けたくない医療やケアが
ある
- ✓ 自分の想いが伝えられなく
なったら、どうしたらいい？
- ✓ 今後のことを委ねたい人が
いる



定員20名 申込期限 10月14日

※定員に達し次第締め切らせていただきます

＜お申し込み先＞

須賀川東部地域包括支援センター ☎0248-79-1551

「わたしノート」

～大切な人たちへ～

須賀川市 須賀川町 天栄村

※取得した個人情報は、事業の運営に必要な範囲で利用させていただく場合がございます。