

シニアのためのカルチャー教室

シニアの生活に役立つ知識が満載！

終活講座 (全8回)

1. 令和4年1月12日(水) 『終活を始めよう』
2. 令和4年1月26日(水) 『デジタル終活とは』
3. 令和4年2月9日(水) 『遺産相続の正しい基礎知識』
4. 令和4年2月23日(水) 『家とモノの生前整理』
5. 令和4年3月9日(水) 『エンディングノートと遺言書』
6. 令和4年3月23日(水) 『これからのお墓の守り方』
7. 令和4年4月13日(水) 『葬儀についての基礎知識』
8. 令和4年4月27日(水) 『ペットに対する終活』



生活講座

1. 令和4年1月19日(水) 『楽しく続けられる自宅での介護』
介護疲れがたまらない、楽しい介護の仕方
2. 令和4年2月2日(水) 『笑顔とありがとうの勧め』
笑顔と言葉をプラスして得られる健康長寿
3. 令和4年2月16日(水) 『紙芝居と読み聞かせを楽しむ』
紙芝居や読み聞かせを通して人生を豊かに
4. 令和4年3月2日(水) 『幸せとは・不幸とは』
楽しみ、満足、感謝、習慣・考え方のクセ
5. 令和4年3月16日(水) 『スマホを使いこなす』
スマホの便利な機能をもっと使いましょう
6. 令和4年4月6日(水) 『インターネットを便利に使う』
インターネットを使うと生活が大きく変わる
7. 令和4年4月20日(水) 『買い物に便利なデジタル決済』
これから主流になるキャッシュレス決済を知る



< 各回共通 >

会場 / 西部高齢者健康交流館 (出雲市西新町1丁目2547-2 JR西出雲駅 ゆうプラザ前)
※4月の講座は、会場が変更になる場合がありますのでご確認下さい

時間 / 10時~11時30分 受講料 / 500円 定員 / 20名 (受講予約が必要です)

予約 / NPO法人 シニアプロジェクト事務局 島根県出雲市湖陵町板津 49-2

電話 / 0853-43-2535 又は担当者携帯 090-3635-0909

メールでも受付可能です (ホームページからどうぞ) <https://npo-senior.pro>