ふれあいサロン根津

# 老い支度 講座

## ～認知症や身体の衰えが気になり始めたら～

日　時　１２月１８日（金）　１４時～１６時

内　　容：　こんなことが思い当たると危ない（フレイル）
自分で対策できること
タブー視せず家族で話題にする～エンディングノートの活用～
意見交換



会　　場：　不忍通りふれあい館　４階会議室

講　　師：　認知症支援コーディネーター　大 坪 弘 美
（高齢者あんしん相談センター本富士分室）

参 加 費：　**無　料**

持 ち 物：　筆記用具

定　　員：１６人（区内在住・在学・在勤の方）

締　　切：１２月１日（火）（定員を超えた場合は抽選）

申込方法　１．下記の申込フォームから必要事項を記入の上お申し込みください

申込フォーム➡

２．窓口受付

＊窓口へ郵便はがき（返信用）をご持参ください

ふれあいサロンは地域の仲間づくりや地域活動への参加促進を目的に、
多彩なプログラムで学びの機会を提供する地域活動センターの事業です。

申　込　先：〒113-0031 文京区根津２－２０－７ 不忍通りふれあい館２階
根津地域活動センター　　☎０３（３８２２）３６５３