

令和6年度

無料

受講者募集

# 第2の人生 かがやき塾

\*地域包括支援センターは松阪市が設置している高齢者のための公的な専門機関です。

## 講座・1

笑うって大事!

～自分自身のこと大切にしていますか～



日時

10月3日(木) 10時～11時半

場所

徳和地区コミュニティセンター 大会議室

## 講座・2

“もしバナゲーム”で気づく、自分が大切にしたいこと  
～もめんノート配布します～



日時

11月14日(木) 10時～11時

\*11月のみ定員20名、1時間の講座になります。

場所

徳和地区コミュニティセンター 大会議室

## 講座・3

自分のため 親のため  
～知っておこう介護施設～



日時

12月12日(木) 10時～11時半

場所

徳和地区コミュニティセンター 大会議室

お申し込み

徳和地区コミュニティセンター (TEL:20-1100)

お問い合わせ

松阪市第一地域包括支援センター (TEL:25-1070)

定員:30名(11月のみ20名)\*定員になり次第締め切らせて頂きます。

講座の中であなたの生活や健康状態を簡単にチェックして頂ける時間を設けてあります。

第2の人生かがやき塾は、徳和住民自治協議会と第一地域包括支援センターの共催事業です。

\*諸事情により、やむなく中止となる場合があります。上記までお問い合わせください。

\*体調確認とマスク着用のご協力をお願いします。

