

ヘルスコース③ 自分らしいエンディング				定員 50名	
主宰 高井 逸史 大阪経済大学人間科学部教授					
終活と聞いて皆さんどのようなイメージをしますか？自分らしく過ごすためには色々なことを整理する必要があります。人それぞれ考え方や整理することは違います。まず、自分自身の思いや考えを知ること。そして、整理するために必要な知識をお伝えしていきます。今回の講座を通じて、心が前向きになり、安心できる生活のヒントになればと思います。					
NO	日程		講座内容		講師
1	11月1日	(土)	自分らしいエンディング	最期まで自分らしく過ごすためのポジティブヘルス	管理栄養士 田貝 泉
2	11月8日	(土)		終活はなぜ必要？エンディングノートの効果	南第一地域包括支援センター 徳永周平
3	12月13日	(土)		準備していく項目を少し深く知ってみようパート①自分らしく過ごすため、自分自身を知ろう	
4	12月20日	(土)		準備していく項目を少し深く知ってみようパート②相続・住まい・生前整理編	
5	1月10日	(土)		準備していく項目を少し深く知ってみようパート③介護について	

講義時間：15時～16時30分
 会場：関西大学堺キャンパス
 受講料：6,000円