

幸せに歳を重ねるための

# 第8回心づもり勉強会

日時 令和2年9月29日(火) 18:30~20:00  
会場 北上市文化交流センターさくらホール 小ホール

わたしのきぼうノートを活用されている皆様へ

この度、ノートをお配りした皆様を対象に心づもり勉強会を行います。

「歳を重ねて、体が思うように動かなくなったらどうしよう」

「生活の手助けが必要になったらどうやって暮らそう」

「突然のケガや病気の時、どこに連絡をしよう」

誰しも訪れる老いや病気、障がい、そして死について事前に考え、話し合ってみませんか。

## 内容

### 人生の心づもり わたしのきぼうノートの紹介

講師 岩手県立中部病院 副院長 星野 彰

### 救急車の使い方と問題点

講師 北上地区消防組合消防本部警防課 救急係長 武田 健



#### 注意事項

- (1)新型コロナウイルス感染予防対策のため参加者数を40人以下に制限します。(先着順)
- (2)申込みはメール、またはお電話でお願いします。(住所・氏名・年齢・電話番号)
- (3)当日はマスクの着用をお願いします。
- (4)裏面健康チェックシートを記入のうえ、当日受付で提出願います。
- (5)わたしのきぼうノートをお持ちの方は御持参ください。

申込QRコード



申込み・問合せ先 電話 0197-72-8221 (直通) E-mail choju@city.kitakami.iwate.jp