

幸せに歳を重ねるために  
自分らしい人生を考え、心づもりを伝える

申込み  
不要

# わたしのきぼうノート 書き方講座



令和7年

2/15 土

1回目 10:30から11:30まで  
2回目 13:30から14:30まで

場所 北上市立中央図書館 会議室

「わたしのきぼうノート」とは、自分らしい人生を実現するため、将来に備えたり、話し合うきっかけを目的として作られたものです。まずは、書き方について一緒に学んでみませんか？

お問い合わせ



北上市長寿介護課包括支援係

☎ 0197-72-8221