

# 令和元年第 2 回市民セミナー

(参加費無料)

## 『自分らしい人生を よりよく送るために』

講師 株式会社メモワールしおん 代表取締役 福田 雅典氏

かつては地域のコミュニティに支えられていたお葬式が超高齢化社会の今、どんなふうに変わってきているのでしょうか？人生最後の時も一人ひとりの事情があります。それぞれの事情に応じてお葬式の意味合いも変わってきています。『一人暮らして誰にも迷惑をかけたくない』『家族葬ってどうかしら？』『お葬式はどこにお願いすればいい？』葬儀社の選び方からお葬式のスタイル、お墓のことまで、生と死を見つめる現場のプロから地域の最新事情について教えていただきます。

## 『エンディングノートって何だろう?!』

講師 社会福祉士・行政書士 飯村 研介氏

『終活』はこれまでの人生を振り返り、これからどのように生きていきたいのかを考えるきっかけになります。

『エンディングノート』とは、これまで生きてきた自分自身の記録であり、そして愛する家族へのメッセージです。ご参加いただいた方には、エンディングノートを差し上げます。

ご興味のある方は、ぜひご参加ください。

日時 令和元年11月10日(日)

開場 午後1時～ 開演 午後1時30分～午後3時

場所 ワークヒル土浦(土浦市勤労者総合福祉センター) 集会室

土浦市木田余東台4丁目1-1 TEL 029-826-2622

主催 特定非営利活動法人 こころ 想

問い合わせ 080-3498-0556

公式HP <https://npokokoro0112.jimdofree.com/>

後援 土浦市社会福祉協議会