

受講料無料

男女共同参画講座

中央区民カレッジ
連携講座

区民カレッジの単位になります

申込期限

10/28(水)
午後5時

書いて、話して、気持ちを整える



親の介護から見えてくる 「わたし」のこれから ～今日からはじめる終活講座～

親の介護となると、自分のことを後回しに考えがちですが、いざはじまると、自身への影響が想像より大きく、戸惑う人も少なくありません。「親を大切にすると」「自分の人生を生きる」のどちらも両立する介護のヒントを見つけるための講座です。今まさに悩んでいる方、ちょっと気になる方もお気軽にどうぞ。

日時 **10/29** (木)
午後6時30分～8時30分
(開場・受付 午後6時10分～)

会場 中央区立男女平等センター「ブーケ21」
3階 研修室1・2

対象者 どなたでも

募集人数 30人程度 (先着順)

申し込み 10月3日(土)午前9時から

電話、FAX(裏面を記入)、
区のホームページの電子申請よりお申し込みください。



株式会社 Living Proof 代表
終活スタイルプランナー・
介護福祉士

すずき はるみ

鈴木 治美さん

1970年生まれ。38歳の時に突然母が脳梗塞で倒れ意思疎通ができない状態となる。これをきっかけに当時勤めていたブライダル業界から介護職に転職。親の看取りと高齢者介護の経験から『終活』の必要性を感じ、終活事業『Living Proof』を開業。現在も介護施設で働きながら、終活に関する情報発信、講演、セミナー・イベントの企画開催、個人相談などを行っている。



申し込み・問い合わせ先



中央区

中央区立男女平等センター「ブーケ21」

〒104-0043 中央区湊1-1-1

中央区オンライン手続きポータル

検索

電話 03-5543-0651 FAX 03-5543-0652



こちらから申し込みください

参加申込書

講座名	男女共同参画講座 親の介護から見てくる「わたし」のこれから ～今日からはじめる終活講座～	開催日時
		10月29日(木) 午後6時30分～8時30分
(ふりがな)		
氏名		
電話		
F A X		
中央区民カレッジに参加されていますか？ いずれかに ☒ をつける ☐ はい ☐ いいえ		

※ ご記入いただいた個人情報は、今回の講座の受付以外の目的には使用いたしません。

※ FAXでお申し込みの場合、受付確認の連絡をいたします。5日経っても確認の連絡がない場合、お手数ですが、お電話にてご連絡ください。

会場案内

中央区立男女平等センター「ブーケ 21」

〒104-0043 中央区湊 1-1-1

電話 03-5543-0651

FAX 03-5543-0652

◆交通案内

※ 駐車場はございませんので公共の交通機関をご利用ください。

●東京メトロ日比谷線、JR京葉線

「八丁堀駅」A2、B3 出口より徒歩 3 分

●都営バス東 15 深川車庫⇄東京駅八重洲口

(豊洲駅前・明石町経由)

「鉄砲洲」下車徒歩 3 分

●江戸バス南循環

「鉄砲洲」「入船三丁目」下車徒歩 3 分

* 北循環地域の方は「八丁堀駅」下車徒歩 4 分、
または中央区役所で南循環に乗継をして「鉄砲洲」下車徒歩 3 分

