

出前講座

もしもの時のために 知っておきたい

～湯沢市では、高齢になっても安心して暮らせるまち
づくりを目指しています～

幸齢者
(高齢者)になる
ためのコツを伝授！
～認知症と成年後見制度、
未来ノート～

■将来の不安をなくし自分らしい
未来を考えるお手伝いをします

①認知症予防・成年後見制度に
ついて

②人生会議(ACP)・未来ノート・
任意後見制度について

※講座内容については①か②を
選択しお申し込みください。

※聴講型・視聴覚型



終活入門！
書いてみよう！
未来ノート

NEW

■自分らしい未来を考えるお手
伝いをします！

いつから始めても遅くはない未
来設計、自分らしい未来のため
の様々な知識周知も含めて、未
来ノートの書き方を体験します。

※聴講型・視聴覚型・
体験型



【講座について】

◆受講料：無料 ◆時間：60分～90分

◆講座所要時間はご相談により調整可能です。

◆申し込みについて

開催する団体に講師を派遣します。

5名以上の参加者がいれば、講座を開催することができます。

開催曜日や時間は相談に応じますので、開催日の1か月前
までお申し込みください。

出前講座を希望する団体は下記までお申し込みください

湯沢市生涯学習推進本部事務局
(教育委員会生涯学習課内)

☎ 0183-73-2163