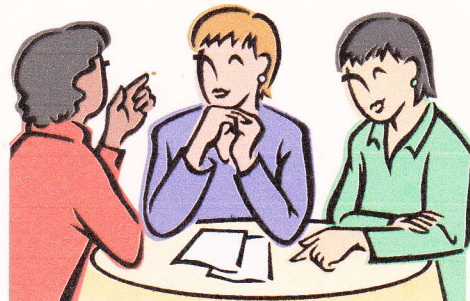


関西単身けん 公開講座

おひとり様の老後対策

～ひとりでも地域で安心して暮らし続けるために必要なもの～

- ・健康で長生きするためにはどんな食事が理想的？
- ・家で簡単にできる健康法を知りたい。
- ・認知症が心配だけど、なにか対策はあるの？
- ・老後資金に 2,000 万円必要って、ほんとう？
- ・エンディングノートは書いたほうがいいのか？
- ・地域包括支援センターってどんなところ？
- ・成年後見法ってどんなもの？
- ・入院するときの保証人がいないけど、どうすればいいの？
- ・おひとり様の葬式やお墓のそなえをどうすればいいの？



「おひとり様の老後」を不安なく過ごしていくには、さまざまな「備え」が必要です。そのためには、日ごろから自分で情報を集めるとともに、同じ立場の人たちで情報を交換したり、交流したりすることが大切です。

「関西単身けん」はどなたでも参加できます。日ごろの悩みや心配事をお持ちよりください。みんなで解決していきましょう。

講師 吉田清彦 (シニアライフ・プランナー、関西単身けん世話人)

日時 7月9日(土) 午後1時半～4時半

会場 ドーンセンター 4階 調理室

(大阪府立男女共同参画・青少年センター)

(京阪天満橋駅・地下鉄谷町線天満橋駅
1番出口から東へ徒歩約5分)

参加費：800円 (単身けん会員は600円)

お申し込み・お問い合わせ：関西単身けん

(ひとりで生きるために、単身者の生活権を検証する会・

関西) 吉田 TEL/FAX：06-4980-1128

E-mail：ptokei04@s5.dion.ne.jp



関西単身けんは 1999 年に誕生した「単身者」の親睦会ですが、「予備軍」の方も、「シングル・アゲイン」の方も、「心はいつもシングル」の方も、参加することができます。お気軽にご参加ください。年に 6 回、原則として奇数月の第 2 日曜日の午後にドーンセンターで例会を行っています。ただし、会場の関係で土曜日などに変更になるときもありますので、ご了承ください。