

# 70 歳からの元気はつらつ講演会

年を重ねても元気でいきいき暮らし、介護の状態にならないようにするにはどうしたら良いのでしょうか？老いの迎え方・死の迎え方や成年後見制度などについて 70 歳の節目の年齢に学んでみませんか？

## 日時

平成 30 年 3 月 8 日 (木)

午後 1 時 30 分 ~ 午後 3 時 30 分

## 会場

飯山市保健センター 2 階 集団指導室

## 内容

第 1 部 13:30~14:00

基本チェックリストについて

成年後見制度について

第 2 部 14:00~15:30

講演 「死ぬまで元気で！」

講師 飯山赤十字病院 院長 古川賢一 先生



## 対象者

昭和 22 年 4 月 1 日~昭和 23 年 3 月 31 日に  
生まれた方

対象者以外の方でも参加できます。

ご近所お誘いあわせの上、お気軽にお出かけください。

※参加申し込みは不要です。