

人生100年時代を楽しむ！

エンディングノートで



生き生き自分らしく終活

エンディングノートを書くことで、これまでの自分の人生を振り返り、「これからどう生きるか」「家族とどう過ごしていくか」等、今後の人生をより充実したものとするための将来設計について、男女共同参画の視点(家事分担や夫婦間のコミュニケーションなど)を交え、講義とワークショップ形式で学びます。

日時 令和5年8月5日(土)10:00~12:00

講師 終活サポート ワンモア(とちぎ終活倶楽部)代表 今井 賢司氏



◆会場 宇都宮市男女共同参画推進センター「アコール」(大集会室)

◆参加費 無料(別途、500円の実費負担あり。エンディングノート代)

◆対象者 市内在住・在勤の40歳以上の人

◆定員 先着50名

◆申込 申込フォーム(※右記)かFAX(※裏面参照)で

7月28日(金)までにお申し込みください。

【主催】宇都宮市男女共同参画推進センター



人生 100 年時代を楽しむ！

エンディングノートで生き生き自分らしく終活

講座申込書

下記にご記入のうえ、宇都宮市男女共同参画推進センター「アコール」

FAX 028-636-4079 まで送信してください。

申込講座名	人生 100 年時代を楽しむ！ エンディングノートで生き生き自分らしく終活
ふりがな	
名 前	
住 所	
電話番号	- -

申込み・問い合わせ先

男女共同参画推進センター「アコール」

(総合コミュニティセンター)

住所 〒320-0845 宇都宮市明保野町7番1号

TEL 028-636-4075

FAX 028-636-4079

Eメール u18100201@city.utsunomiya.tochigi.jp

※個人情報は適切に管理し、目的以外には利用いたしません。

