



参加無料  
事前申込制

# 今すぐ始める "もの"と"こころ" の整理術

誰しも必ず訪れる最期の時。なるべく誰にも迷惑をかけたくないが、どうしたら…そのヒントを『整理』のプロから明るく楽しく学んでみませんか。

開催日時

令和5年3月18日(土) 13:00～15:15  
(12:30開場)

会場

中区役所ホール (中区栄四丁目1番8号 地下2階)

内容

第1部 (13:00～14:00) 立つ鳥跡を濁さず ～終活の心構え～

第2部 (14:15～15:15) "もの"と"こころ"の整理術  
～生前整理・終活の実践方法～

講演後も簡単な健康・フレイルチェックやフレイル予防アプリの体験、身寄りのない方の死後の手続きサポート事業の相談コーナーを開設します。(16:00まで)  
また、ご来場の方にもれなく「エンディングノート」をお配りします。

講師

アールキューブ株式会社  
あんしんネット事業部 部長  
整理コーディネーター

石見 良教 氏

首都圏を中心とした長年にわたる遺品整理業務の経験から、お一人暮らし高齢者の片付けの問題や介護、孤独死など、超高齢化社会における課題に向けて福祉住環境整理の必要性を提唱している。批評や評論ではない現場最前線からの生の声はテレビ、新聞、雑誌等のメディアでも取り上げられ、アドバイスを求める声が多く寄せられている。



事前申込制(先着250名)です。申込方法は裏面をご覧ください。

# 今すぐ始める“もの”と“ところ”の整理術

本セミナーは事前申込制（先着250名）です。  
下記のとおりお申し込みをお願いします。

## 申込方法

電話、窓口、はがき、FAX、電子メール、WEBフォームのいずれかでお申し込みください。

## 申込先

- ◆電話 … 052-265-2321
- ◆窓口 … 中区役所 4階福祉課
- ◆はがき … 〒460-8447（住所不要）中区役所福祉課
- ◆FAX … 052-241-6986
- ◆メール … a2652320@naka.city.nagoya.lg.jp
- ◆WEBフォーム … <https://logoform.jp/f/YmKVy> →



WEBフォーム  
二次元コード

FAXでお申込みの方はこちらに記載の上、送信してください。  
はがき、メールでお申込みの方は同様の事項を記入してお送りください。

氏名		(ふりがな)
連絡先	電話番号	
	住所	
	電子メール	
会場で必要な配慮 (任意)		(例 車いす利用、手話通訳・要約筆記の希望 等)

主催：中区地域支援ネットワーク運営協議会・中区地域包括ケア推進会議  
共催：第4次中区地域福祉活動計画 地域支援推進チーム

お問合せ 中区役所福祉課 ☎052-265-2321 ☆会場へは公共交通機関でお越しください