

参加費  
無料

富士

## がんばらない介護

日時:11/17(土) 13:00~15:00  
会場:富士ロゼシアター 第2会議室  
募集:70名

申込:ライフサポートセンター岳南 ☎ 0545-57-6029

講師:橋中今日子さん(介護者メンタルケア協会代表・理学療法士)  
認知症の祖母、重度身体障害の母、知的障害の弟3人を21年間介護。介護疲れや燃え尽きをきっかけに、心理学、カウンセリング、コーチングを学び、家族を介護されている方へのサポートを行う。テレビやラジオでも活躍。著書『がんばらない介護』(ダイヤモンド社)。



浜松

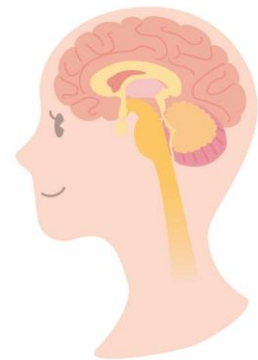
## 脳いきいき講座 ~なぜなるどうする認知症~

日時:12/16(日) 13:30~16:00  
会場:浜松労政会館 第1会議室  
募集:50名

申込:ライフサポートセンター西部 ☎ 053-466-6307

講師:志村孚城さん(日本早期認知症学会名誉理事)  
奥山恵理子さん(日本認知症ケア学会代議員)

認知症の理解と初期症状や生活習慣の改善と予防について話し、セルフチェック体験(テストシートを使った脳のいきいき度をチェック)を行います。当日は、鉛筆と消しゴムをお持ち下さい。



静岡

## テレビ寺子屋公開録画

日時:2019/2/16(土) 13:15~15:15  
会場:静岡労政会館  
募集:250名

申込:ライフサポートセンター中部 ☎ 054-270-3963

講師:落合恵子さん(作家・クレヨンハウス主宰)  
株式会社文化放送アナウンサーを経て、作家活動に。執筆と並行して、東京青山、大阪江坂に子どもの本の専門店クレヨンハウス等を展開。著書「老いることはいやですか?」(朝日新聞出版)、「決定版 母に歌う子守唄 介護、そして見送ったあとに」(朝日新聞出版)、「泣きかたをわすれていた」(河出書房新社) 他、多数。

12/17  
10時より  
受付開始

©神ノ川智早

沼津

## 自分の人生のしまい方

日時:2019/3/6(水) 13:30~15:30  
会場:沼津労政会館  
募集:80名

申込:ライフサポートセンター東部 ☎ 055-929-9820

講師:小谷みどりさん(第一生命経済研究所 主席研究員)  
博士(人間科学)。専門は生活設計論、死生学、葬送問題。東京大学医学部附属病院客員研究員、立教セカンドステージ大学兼任講師、奈良女子大学非常勤講師などをつとめる。最新著は、『没イチ パートナーを亡くしてからの生き方』(新潮社)、『くひとり死>時代のお葬式とお墓』(岩波新書)、『ひとり終活』(小学館新書)など多数。

