



# 今だからこそ考える！

## あなたらしく生きるための健幸のおはなし

充実した人生100年時代を生きるために、これまでの経験をもとに、自己決定そして自己実現していけるような人生設計について、また健康を維持増進して有意義な余生を過ごせるよう、市民公開講座を開催いたします。皆さんに役立つ内容盛りだくさんですので、是非ご参加ください。

日時

令和5年11月5日(日) 13:30 ~ 15:30

会場

袋井市教育会館 4階 大会議室  
(袋井市新屋1-2-1 市役所南側)

対象

どなたでも

定員

120名程度

内容

【第1部】

### 自分らしい見つけ方

～最も身近な『人生会議』のやり方～

講師：袋井市立聖隷袋井市民病院 リハビリテーション科  
主任医長 望月 亮(もちづき あきら) 医師



【第2部】

### 知って役立つ難聴のお話！

### 認知症予防とヒアリングフレイルについて

講師：袋井市立聖隷袋井市民病院  
院長 林 泰広(はやし やすひろ) 医師



申込み

下記にアクセスまたは電話にて  
10月31日(火)までにお申込みください。

こちらからも  
申込みできます！

<https://ttzk.graffer.jp/city-fukuroi/smart-apply/surveys/2482290607304886022>

申込み  
問合せ先

はーとふるプラザ袋井(市総合健康センター)  
健康長寿課 地域包括ケア推進係

TEL : 84-7534