東大和市主催　市民向け講座

「もしも」に備える！おうちの安全と人生会議

～自分らしく生きるために、今できること～

身近なリスクを知り、安心して暮らすためのヒントと、
これからの自分のことを考えるきっかけにしませんか？



開催日時
2026年11月25日(水)
14:00～16:00

会　場
東大和市中央公民館
301学習室

対象
65歳以上の市民

持ち物
筆記用具

講座内容

前半　高齢者暮らしの危険対策セミナー

講師：株式会社 ミライエ
井坂　春樹 氏（代表取締役社長）
長澤　真麻 氏

室内での転倒など、高齢者の身近な事故を防ぎ、
安全に暮らすためのポイントを学びます。

後半　人生会議トランプで考える「自分の大切なこと」

講師：東大和市在宅医療・介護連携支援センター
佐藤　浩美 氏　　小野原　智美 氏

カードを使って参加者同士で語り合い、自分が大切にしていることや、
これからの生き方について考えます。

お申込み

申込期間　11月5日(木)～11月19日(木)

お申込みは、電話または二次元コードからお願いします。

お申込み・問い合わせ先
東大和市 健幸福祉部 介護保険課
地域包括ケア推進係
042-563-2111(内線1172)

お申込みは
こちらから

手話通訳が必要な方
11/17（火）までに
申込みフォームでその旨を回答
または下記のファックス番号宛に
お申込みください。

ファックスでのお申込みの場合は、
お名前・ご住所・生年月日・連絡がとれる
ファックス番号をお知らせください。

ファックス番号
042-563-5930

主催
東大和市 健幸福祉部 介護保険課
地域包括ケア推進係