

必見

**日程を変更して
開催決定!**

(R3.9.13現在)

参加者

募集中!

人生100年時代に 備えるために



知っておくと**得**するお話

第1回 9月24日(金)

人生100年時代、始めよう
お金の準備と相続の備え



瀧澤ファイナンシャルプランナー事務所
瀧澤 宏行 氏

一般社団法人相続・資産運用プランニングセンター理事。
一級ファイナンシャル・プランニング技能士の資格を持ち、
住宅ローンや家計相談、老後資金の計画・運用、相続など
多方面で活躍している先生がお話をします

第2回 10月8日(金)

お口と歯から
健康寿命を考えよう!



大泉中央診療所
歯科医師 中島 秀世 氏

全身の健康には、お口や歯の健康が深く関わっています。
健康寿命を考える上で欠かせないお口と歯について
地域で活躍する歯科医師の先生がお話します

第3回 11月2日(火)

健やかな人生を送るために
～正しく学ぼう認知症～



山梨県立大学看護学部
教授 渡邊 裕子 氏

年齢を重ねると気になるのは認知症…。誰もがなり
たくないと思う認知症ってどんな病気？老年看護学
のエキスパートの先生が正しい知識をお話します

第4回 11月16日(火)

健康な身体は栄養から!
食生活を見直してフレイル予防



山梨学院短期大学 食物栄養科
特任教授 田草川 憲男 氏

健康のために必要な栄養・食事って？フレイルとは？
山梨県栄養士会の会長であり、健康運動指導士の資格
も持つ先生が、食と栄養、運動のことをお話します

時間:各講座 13:30~15:00

★シリーズ参加を基本にしていますが、
講座別の参加も可能です。

場所:大泉総合会館 2階ホール
(大泉町西井出3164-1)

★開催する全ての講座に参加していただいた
方には、ささやかなプレゼントをご用意
しております♪

対象:興味・関心のある方

定員:各講座先着30名、要申込、参加費無料
締切は各講座の1週間前まで

★介護支援ボランティアポイント
まなびの杜パスポート 対象

申込・問い合わせ

北杜市役所 介護支援課 介護予防担当

電話:0551-42-1333

FAX:0551-42-1125