

参加費  
無料

＼＼ 最適な ＼＼  
MY ライフ&

参加者には  
エンディングノートを  
無料プレゼント

MY エンディングを考えよう



**MY ライフプラン**  
『よりよく生きるための計画』  
これまでの振り返り  
これからの夢  
介護や病気への備え  
財産管理

**MY ライフエンディング**  
『亡くなった後のための準備』  
将来にわたる家族の幸せ  
相続手続き  
ラストプランニング

開催日時 **7** 月 **3** 日 (木) **10** 時～**11** 時

開催場所 今市コミュニティセンター2階 大会議室

講師 明治安田 出雲営業部 江角奈央子さん

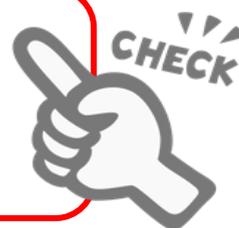
開催内容 ライフ&エンディングノートを活用して自身の想いの実現を考える

①ライフプランを考える ②エンディングプランを考える

♪イベント当日には健康チェックコーナーも♪

時間：9時30分～10時、11時～11時30分

内容：野菜摂取量を推定するベジチェック・血管年齢測定  
ストレスチェック（自律神経チェッカー）



◇◇◇お問合せ・お申込み◇◇◇

今市コミュニティセンター

TEL: [21-5318](tel:21-5318) FAX: 24-1706

MAIL: [imaichi-cc@local.city.izumo.shimane.jp](mailto:imaichi-cc@local.city.izumo.shimane.jp)

(お名前・住所(町内名)・電話番号をご記入の上、お申込みください)



—主催 今市コミュニティセンター健康推進部—