

所属（ 介護保険課 ） 担当者（ 浪瀬 修平 ） 内線（ 322 ）

タイトル
これからのライフプランを考える 40代・50代のための「くらしの学校」を初開催
概要 (発表内容を簡単に記入してください)
<p>本講座は「もっと先だと思っていた親の介護に突然直面し、その対応に苦勞した」という市民の声を元に企画したものです。</p> <p>子育ての終わりと親の介護の始まりの時期が重なる40代・50代の市民を対象に、セカンドライフを考えるきっかけとして、将来への備えや自身の健康づくりを学ぶ「くらしの学校」を、市と包括連携協定を結んでいるエフコープ生活協同組合と今年度初めて開催します。</p> <p>エフコープ生活協同組合は組合員向けに上記の講座を開催した実績を有しており、そのノウハウを活用した講座内容となります。</p> <p>今年度は3ヵ月を1クールとして月1回講座を開催し、計3クール、9回の講座の開催を予定しています。</p>
内容 (発表内容のポイントを記入してください。別紙資料でも可能)
<ul style="list-style-type: none">●対象者 40～50歳代の宗像市民及びエフコープ組合員●開催日程/内容(第1クール) 6月18日(日) 私が私らしく生きるセカンドライフ～ライフプラン編～(自分の備え) 7月16日(日) 老いを考える～人生後半に起きる身体の変化～(親の備え) 8月20日(日) 子どもの未来アクション(子どものサポート) ※いずれも9:30～12:00 ※上記座学終了後に骨盤を中心に全身の運動性を高めるエクササイズ講座を実施。 (座学講座80分、エクササイズ講座60分)●開催場所 メイトム宗像健診室●定員 抽選で40人●申込方法、締切 4月24日(月)から5月31日(水)までに市ホームページ専用フォームから電子申請●その他 第2クール(9月～11月)と第3クール(12月～2月)の詳細は別途ご案内します。
本件に関する報道関係者の方のお問い合わせ先 (所属、担当者名、TEL)
宗像市役所 介護保険課介護保険係 浪瀬 修平 TEL0940 - 36 - 4877