

元気なうちに！

～高齢化社会を考える～

# 「楽しく始める、生前整理」



一般社団法人生前整理普及協会認定  
生前整理アドバイザー

日時：10月26日(水)

13:30～16:00

場所：嶺樹院 れいじゆいん  
(京都府亀岡市西堅町49)

参加費：500円 (お茶・資料代)

講師：古田ゆかりさん

申込み：メール [info@e-kazenokai.net](mailto:info@e-kazenokai.net)  
Facebook [@kameoka.kazenokai](https://www.facebook.com/kameoka.kazenokai)  
電話 090-8455-2075 (青井)

定員：40名

生前整理とは、生きる事を前提に物・情報・生き方の整理をすることです。生前整理をするには、まずは自らが集めた物の整理からはじめるのが正しいやり方です。思い出の物の整理やアルバムの整理をしながら、今まで歩んできた人生をじっくりと振り返っていきましょう。

- ◇思い出の物を片づける
- ◇マイベストショットアルバムのつくり方
- ◇模擬葬儀をプロデュースする
- ◇やり残しリスト作成
- ◇大切な人をリストアップする
- ◇大切な人にメッセージを書く
- ◇五年後の自分の未来をプランニング



※講師のお話の後、講師とみなさんとの質問・意見交換の時間ももうけています。

第3回

寺子屋  
カフェ

tera-cafe

「寺子屋カフェ」とは、亀岡の地域課題を考える学び舎として、亀岡に多くあるお寺を活用させていただき、市民のみなさんと共に学ぶ場づくり・まちづくりを、考えていく場です。寺子屋カフェの第1回「電力の選び方講座」第2回は「空き家問題を考える」を行いました。今後も継続的に開催していく予定です。どうぞ気軽にご参加下さい。



※嶺樹院さんは、駐車場はわずかしかありません。出来るだけ公共交通機関でお越しくださいますようお願い致します。コミュニティバス 亀岡駅発「東堅町」下車、または、京阪交通 亀岡駅発「グランド前」下車。



【連絡・お問い合わせ】

〒621-0815 京都府亀岡市古世町3-16-8-306

TEL: 080-9164-7051 <http://e-kazenokai.net/>

<連携グループ> 国境なき僧侶団・暮らしを見つめる会

※本事業は、亀岡市支えあいまちづくり協働支援金事業の助成を受けています。