



令和8年8月1日
棚尾公民館

第3回 棚尾高齢者教室のおしらせ

自分らしい人生を送るための終活のご提案

人生100年時代

“自分らしい人生”

“いい人生だったなあ” と考える人生

に必要な3つ？

「身体の健康」 「こころの健康」 「お金の健康」

備えておくべきこと 10選 お話します。

1 日にち 令和8年9月9日（水）

2 時間 午後1時30分から（1時間程度）

3 場所 棚尾公民館 3階会議室

4 講師 渡邊寛人氏

5 その他 「令和8年度高齢者教室受講申込書」を未提出の方は
当日までに棚尾公民館へご提出をお願いします。
※当日窓口でご記入いただいても構いません。



問合せ先：棚尾公民館 電話 41-0892