## 入場無料

## 元気なうちから

## もしものときのことを考えておこう

もしも、介護が必要になった時のこと、病気になった時のこと、考えていますか? 介護のこと、人生の最期のこと、家族と話していますか? これからの人生を「より良く生きるために」・・・

今できることを一緒に考えてみませんか。



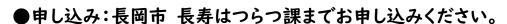
- ●日時:令和7年7月30日(水) 午後1時30分~午後3時
- ●会場:長岡市中央公民館 大ホール(さいわいプラザ4階)
- ●定員:先着 100 名

## 【講演】

「どう生きるか」って「楽しみは何か」って話なのかも

講師 立川綜合病院 緩和治療内科 齋藤義之さん

話し合いのきっかけとなるよう長岡市で作成したリーフレット 「わたしの希望のおぼえ書き」の紹介



下の URL または 右の QR コードより、お申し込みください。

https://logoform.jp/form/P5EF/I065894

電 話:0258-39-2268(平日 午前8時30分~午後5時15分)

メール: hatsuratsu@city.nagaoka.lg.jp

※メールの場合は、氏名・住所・電話番号・「7月30日市民セミナー聴講希望」と明記してください。





主催:長岡市、長岡市医療・介護連携推進センター(長岡市医師会)