

公益財団法人長田ふるさと財団助成事業

申込
不要

市民公開講座

「人生100年時代を自分らしく生きる」

大切にしたいこと、健康に過ごすこと、気持ちを伝えておくこと、
これからの人生を考えるきっかけに

日時
会場

令和7年

7/12 土

開場 11:30 / 講演開始 13:00 / 講演終了 16:15

北杜市須玉ふれあい館ホール

スタンプラリーでミニプレゼント／11時30分～12時45分

一日まちの保健室
健康相談
ストレスチェック
認知症予防

人生会議と
私の想い
「想いのマップ」

看護の心
かんごちゃんと
撮影

主食改革
「はくばく」もち麦の
健康効果
管理栄養士による
フレイルチェック

講演会／13時～16時15分

第1部

医師（諏訪中央病院名誉院長）・作家

講師 か また み の る 鎌田 實先生

認知症・脳卒中・フレイルに
ならない生き方
～生と死を支える緩和ケア～



山梨県立大学看護学部 学部長
在宅看護学分野教授

講師 い す む ね み え 泉宗 美恵先生

さいごまで自分らしく生きるために
— 人生会議（アドバンス・ケア・プランニング）のすすめ —

第2部

主催 公益社団法人 山梨県看護協会峡北地区支部

【問い合わせ】北杜市立甲陽病院 総看護師長室 TEL:0551-32-3221