

元気なうちから学ぼう！長く健康で過ごす方法
令和7年度

元気はつらつ シニア塾



参加費
無料

5月16日 金

10:00~12:00



会場 宜野湾市中央公民館2階 多目的室

対象者 市内在住の65歳以上 持ち物 筆記用具

※65歳未満の方の同伴は可能です

5月のテーマ

講師

介護に必要なお金 自分らしく生きるための終活

主任ケアマネジャー
新垣俊

「自分にはまだ早い」と思っていませんか？終活は、遺言やお墓のこと
だけではありません。元気なうちから介護保険について知り、自分がどう
生きたいかを考え、備えるためのヒントをお伝えします。



毎月テーマを変えて、第3金曜日に開催します

※令和8年3月のみ第2金曜日

お申込みは1か月前の月初めから受付

インターネットからの
お申込みはこちら



宜野湾市 介護長寿課 長寿支援係

☎ 098-893-4411 (内線4139)

受付時間：平日8:30~17:15

