



終活を考えよう！

豊かな暮らしに繋がる

# 「人生のお片付け」

- ☑ 終活に興味がある。
- ☑ 物を捨てられない。
- ☑ 整理整頓のコツを知りたい。

2024 11/16 土

10:00~12:30

エコセンター2000 学習室A~C

参加費：無料  
定員：80名(定員になり次第締め切り)  
対象：「終活」や「整理収納」に興味のある方  
誰でもOK！  
申し込み：電話、裏面 FAX、下記QRコードなど

## 講演講師紹介

### 01 家族のために今できる終活

#### 「親世代が残す愛と安心のカタチ」



終活講師 シニアライフ サポートアドバイザー  
吉川 悦子 さん

網走市やオホーツク管内には私のようにご夫婦だけや、おひとりで暮らしている方がたくさんいらっしゃいます。そのような方々に先の不安ごとを解消するお手伝いと、自分らしく楽しく生きて後悔のない最期を迎える、真の「終活活動」の情報提供をして地域の皆様のお役に立ちたいと思っています。



### 02 衣類をいつも探している！ 着ていないけど捨てられない！

#### そんな人の衣類の整理と収納のコツ♪



整理収納アドバイザー1級  
松井 香織 さん

帯広市生まれ。極度の面倒くさがりで、机も床も、モノだらけの子ども時代を経てどうしたら家事が楽に終わるか、探し物や忘れ物が減らせるか、試行錯誤の日々。  
2008年、道内3人目となる「整理収納アドバイザー1級」を取得。片づけのコツを実践することで、暮らしが楽になり、心にゆとりが生まれることを実感!!  
お片づけに悩む方のお家を訪問し、コツを伝えながら一緒にお片づけする「整理収納サービス」は、のべ800件を超える。



# FAX送信表

網走市権利擁護事業市民従事者フォローアップ研修会  
日常生活のちょっとしたお手伝い事業 支え合いサポーター スキルアップ講習会 合同開催

終活を考えよう！  
豊かな暮らしに繋がる「人生のお片付け」

## 【参加申込書】

■所属している団体等がございましたらご記入ください。

---

ふりがな 氏名	電話番号

申込締切: 令和6年11月8日(金)まで (電話・FAX・QRコードでの申込可)

【お問い合わせ・お申込先】 社会福祉法人 網走市社会福祉協議会  
〒093-0061 網走市北 11 条東 1 丁目 網走市総合福祉センター内  
地域福祉課 担当: 山西、荒尾  
電話 0152-43-2472 / FAX 0152-43-3919