

# 令和7年度「地域づくり勉強会」



参加無料!

# 老活 (ろうかつ)

老後の  
いろはを  
丸かじり

地域の

仲間が

あつまって



みんなで学ぶ  
老後のこと

～老後を楽しく送るために知っておきたいこと～



共催：旭川市北星公民館／北星・旭星地域包括支援センター

お金・住まい・介護・認知症など、老後の生活への不安を多くの方が抱えているのが現状です。

不安の解消だけでなく「老後をもっとポジティブなものとして捉え、自分らしく豊かに過ごす」ことができるよう、今できることから始めてみませんか？



開催日時 毎月第1月曜日 13:00～14:00 ※詳細は裏面をご覧ください

会場 旭川市北星公民館（北門町8丁目）1階講座室

参加対象 どなたでも参加頂けます！定員25名！



申込先 北星・旭星地域包括支援センター ☎ 0166-46-6500

日 程	講 義 内 容
6月2日 (月)	第1回 「暖かい繋がりが育まれる地域」 旭川市保健福祉部社会保険課
7月7日 (月)	第2回 「いざという時の高齢者施設」 (株)ぐっちょんぱ 代表取締役 阿部 雅行氏
8月4日 (月)	第3回 「『老いじたく』を考える～高齢期のお金のこと～」 すぎもと行政書士事務所 行政書士 杉本 直久氏
9月1日 (月)	第4回 「家は『生活の器』～住宅改修・福祉用具の活用～」 合同会社セカンドライフ 福祉用具専門相談員 小石川 秋義氏
10月6日 (月)	第5回 「老いの伴走者 ケアマネジャー」 ケアプランセンター大地 主任介護支援専門員 伊藤 義文氏
11月10日 (月)	第6回 「元気なうちから始めよう！介護予防のススメ」 北星・旭星地域包括支援センター 保健師
12月1日 (月)	第7回 「認知症を学びみんなで考えよう ～認知症サポーター養成講座～」 北星・旭星地域包括支援センター 精神保健福祉士 ※本回のみ13:00～14:30となります
1月5日 (月)	第8回 「高齢者のための防災対策」 旭川市消防団第23分団 副分団長 矢三 尚氏
2月2日 (月)	第9回 「クルマとこの先どう向き合いますか？～高齢者の交通安全～」 旭川市防災安全部交通防災課
3月2日 (月)	第10回 「困った時は相談だ！～介護保険・権利擁護のハナシ～」 北星・旭星地域包括支援センター 主任介護支援専門員・社会福祉士

※敬称略

