

# 自治会カフェおおむろ 開催します

## 9月28日(土)10時~14時

毎月第4土曜日に定期開催です。

**参加費 ¥100.-**

飲み物お替り自由  
お菓子の持ち寄り  
大歓迎

**椅子に座って健康体操**

11時から

持ち物 上履き・タオル

**刃物研ぎ**

料金：包丁類

200~400円位

剪定鋏・鋸等

300~500円位

**終活セミナー**

**「わたしノート」を使って**

**終活体験 13時から**

詳細は裏面をご覧ください

**数量限定**

**パン販売します**

昼食にいかがですか？

**子ども部屋  
あります**

Wi-Fi・冷暖房完備  
学習サポートあり  
宿題も！

**車の送迎も対応します。**

往復100円

受付電話 080-6033-5951

**スマホのお困りごと  
お手伝いします**

自治会カフェは、自治会員なら誰でも気軽に立ち寄れる交流の場です。

お茶やお菓子とともにおしゃべりや、生活情報の発信をします。開催場所：大室高原自治会館

## 終活セミナー 「わたしノート」を使って終活体験

### <趣旨>

- ・終活に関して漠然としたイメージは湧くが、いざ手を付けようとするとは何から始めて良いかわからない。
- ・巷には情報も多く知識は十分に持っているが、実際に始めようとするとは億劫になる。
- ・現在は元気だから自分には関係ない、まだそんな歳ではない。  
そのような人にセミナーで最初の一步を踏み出していただき、  
元気だからこそ人生を総括できる機会です。

### <テーマ>

- ・終活はこれからの人生を充実させるためのきっかけである
- ・思いを伝えて家族に迷惑をかけない（残す「財産」はなくとも残る「遺品」がある）
- ・エッセンスを凝縮させたオリジナルのエンディングノートで現実に終活を始める
- ・このセミナーをきっかけに最初の大きな一步を一緒に踏み出す

**※自治会館で提供されていた「わたしノート」を持っている方はご持参ください。**

### おすすめコメント

母が意識がなく入院したとき、延命治療はしない意向は聞いていましたが、亡くなって誰に知らせたいのか、利用金融機関はいくつあるのかなど、わからないことが沢山ありすぎてとても大変でした。母が伊豆に越したときに渡しておいたエンディングノートは真っ白なままでした。

書いておいて欲しかった…。そんな思いから、何年も自治会館に「わたしノート」を設置し続けてくださっている2丁目会員 金厚祐一様（行政書士）に開催をお願いしました。  
自治会長 関川永子