

自分の魅力を再発見！ これからの今を素敵に過ごそう

～うつ予防～

自分の価値観、好きなこと、やってきたこと。自分自身の良いところは案外自分自身では気づいていないものです。自分の魅力を振り返り今を素敵に過ごすヒントを探しに来ませんか？

日時) 平成 22年 12月 21日 (火)
10:00~12:00 (受付:9:30~)

場所) 特別養護老人ホームあさひが丘内
地域交流スペース

講師) 中部大学サテライトカレッジ講師
生涯学習開発財団認定コーチ
中小企業診断士
武藤 郷史 氏

対象者) 高齢者本人、ご家族
介護予防に興味、関心をお持ちの方

定員) 30名

持ち物) 筆記用具

費用) 無料

<申込み方法>

準備の関係上、事前にお電話にてご連絡ください。
11月29日から受け付け開始致します。
皆様の参加をお待ちしております。



地域包括支援センターあさひが丘

春日井市神屋町1306-1

電話 (0568) 93-1314

