

高齢者活躍人材確保育成事業 技能講習

生きるための 生前整理講習

【受講対象】

シルバー人材センターへ入会し就業を希望する60歳以上の方

参加費
無料

2025年10月2日(木)

会場 落合老人福祉センター

岡山県真庭市下市瀬 5 5 8 - 1



【講座内容】

過去を振り返り、自分や家族と向き合うことで人生が大きく変わります。
生前整理で切り開く新しい人生をシルバーで活かしてみませんか？

時 間	講 習 内 容
9:45～10:00	開講式・オリエンテーション
10:00～12:00	思い出の物を片づける マイベストショットアルバム作成 生前整理実践帳(エターナルノート)を記入していく 模擬葬儀をプロデュースする
13:00～16:00	やり残しリスト作成 大切な人をリストアップする 大切な人にメッセージを書く 五年後の自分の未来をプランニング 認定テスト
16:00～16:30	入会説明会(シルバー概要・入会案内)・閉講式 ※入会説明会は未入会の方のみ

申込締切：2025年9月18日（木）

お申込み・お問合せ

岡山県シルバー人材センター連合会

☎ 086-201-7250

WEBでのお申込はこちら



受付時間：平日 9：00～17：00 🌐 <https://www.okayama-ksjc.or.jp/>