

# 「人生カフェ ～輝く人生のレシピ集～」

## 人生カフェ

### ～輝く人生のレシピ集～

茨木市は人口が減少しシニア（65歳以上）の割合が30%に近いという調査が発表されています。街を活性化するには、シニア世代のフレイル化（虚弱）を予防し健康寿命を延ばしシニア世代が社会に貢献することが大事です。「健康」・「終活」・「生き方」のレシピを、専門家の方を招き9回の講座にしました。ご参加をお待ちしております！



参加費 無料/定員20名～  
どなたでもご参加可能です♪

#### 健康を考えるシリーズ 健康・運動・食事

	日時	テーマ	講師	受付開始
1	2021/7/25 (日)	健康を考える	特定非営利活動法人 元氣いばらき体操普及会 西脇正泰	7/6 (火)
2	2021/8/29 (日)	運動を考える	特定非営利活動法人 元氣いばらき体操普及会 中神 勝	8/2 (月)
3	2021/9/26 (日)	食事を考える	料理研究家 今田祐子	9/1 (水)

#### 終活を考えるシリーズ 終活・お墓・葬式

	日時	テーマ	講師	受付開始
4	2021/10/24 (日)	終活を考える	一般社団法人つむぐ 長井俊行	10/1 (金)
5	2021/11/28 (日)	お墓を考える	射場石利石材株式会社 射場一之	11/1 (月)
6	2021/12/26 (日)	葬式を考える	株式会社ハナブ商店 岩本元彦	12/1 (水)

#### 輝く人生のレシピを考える 仲間・お金・生き方

	日時	テーマ	講師	受付開始
7	2022/1/23 (日)	仲間を作る	特定非営利活動法人 茨木シニアカレッジ 小森信比古	1/4 (火)
8	2022/2/27 (日)	老後の資金	あかねいろの空 山下栄一	2/1 (火)
9	2022/3/27 (日)	輝く生き方	特定非営利活動法人 素材探検隊 田中正之	3/1 (火)

※各回の講座内容は、チラシ裏面をご確認ください。

**日時** 各回共通 午後1時30分～午後3時30分（午後1時15分受付）

**場所** 茨木市福祉文化会館（部屋は当日ご確認ください）

**申込・問合せ先** 主催：特定非営利活動法人 素材探検隊（茨木市五十鈴町5-37-101）  
【TEL】072-648-7030（平日9時～17時）

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、感染症対策にご協力をお願いします。

この事業は、茨木市のチャレンジいばらき補助金を活用して実施しています。

“茨木市立斎場での家族葬は”



想いをかたちに…

**株式会社ハナブ商店**

大阪府茨木市寺田町 10-26 TEL:072-622-2222

2021年と2022年の各日  
午後1時30分～午後3時30分

「茨木市の福祉文化会館」にて

「健康」、「終活」、「生き方」に関する講座が開催されます。

弊社ハナブ商店も2021年12月26日(予)  
「お葬式を考える」というテーマでお話いたします。

参加費無料となっております。

ぜひともご参加いただき、輝く人生、生き方とはなにか。  
また、地元である茨木市の活性化を一緒に考えていただけると幸いです！

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、  
感染症対策にご協力をお願いします。

“茨木市立斎場での家族葬は”



想いをかたちに…

株式会社ハナブ商店

大阪府茨木市寺田町10-26 TEL:072-622-2222