

令和8年度公民館講座

～元気なうちから始める終活～

# 終活ノートの書き方講座



人生の終末に向けた準備をする終活。  
「終活ノートの書き方は？」、「家族に何を伝えればいいのだろうか？」  
また、家族として「聞いておくことは何だろうか？」  
終活を始めるきっかけとして、終活ノートを書いてみませんか？

●日 時： 令和8年10月22日（木）

午後1時30分～3時

●講義内容：

◎『終活とは』

終活とは何をすればよいのか？  
終活の基礎を説明します。

◎『終活ノートを書こう』

実際に終活ノートを記入しよう。  
書き方の説明をします。

◎『人生の振り返り』

記入した終活ノートを使い、  
人生の振り返りをします。

※終活ノートとは？…自分に万が一のことが起こった時に備え、あらかじめ家族やまわりの人に伝えたいこと（延命治療や葬儀、お墓、遺産相続など）を書き留めておくノート

講座終了後、終活ノートの書き方、ノートを記入  
してみて不安に感じたことなど、講師の先生に個  
別に相談する時間も設けます！！

●場 所：町民会館 会議室

●定 員：15人（先着順）

●持 ち 物：筆記用具、飲み物

●参 加 費：1人500円（終活ノート代）

●申込期間：令和8年9月28日（月）～10月9日（金）（土日を除く）

※電話または教育委員会へ直接お申込みください。

●講 師：相続相談サロン エニシア 秋山千穂先生

●お申込み・お問い合わせ

富士川町教育委員会 生涯学習課社会教育担当

住所：天神中條1134 電話：0556-22-7200