

おひとりさま時代の『終活』と『身寄り』
-おまかせにしない老後の備えと、
自分らしいライフデザイン-

日時 | 11月1日（日曜日）

無料

時間 | 14:00 - 16:00

場所 | かつしかシンフォニービルズ別館2階ビジュアルルーム

住所：葛飾区立石6-33-1 「青砥駅」徒歩5分又は、「立石駅」徒歩7分



講師：沢村 香苗さん

沢村香苗（さわむら・かなえ）さん プロフィール
株式会社日本総合研究所 創発戦略センター シニアスペシャリスト
精神保健福祉士、公認心理士、博士（保健学）
東京大学文学部行動文化学科心理学専攻卒業。東京大学大学院医学系研究科健康科学・看護学専攻博士課程単位取得済み退学。
国立精神・神経センター武蔵病院リサーチレジデントや医療経済研究機構研究部研究員を経て、2014年に株式会社日本総合研究所に入社。
2021年より、「おひとりさま高齢者」の自律的生活支援研究会SOLO Lab（Social connectivities for Local well-being Laboratory、ソロラボ）の活動を開始。
【書籍】老後ひとり難民 幻冬舎 2024年7月ほか

高齢期を迎えると、日常の手伝いや入院手続き、住み替え、そして死後の対応まで、さまざまな場面で誰かの手を借りることになります。しかし、家族だけに頼ることが難しくなった時代、一人の親族やひとつの事業者に「老後の面倒を丸ごと任せる」ことには大きなリスクも潜んでいます。これからの時代を安心して生きるカギは、必要な支援を細かく整理し、「公的支援・民間サービス・身近なつながり（公・民・私）」で上手に分担すること、そして「自分がどうしたいか」という意思をあらかじめ周囲に示しておくことです。本講演では、最新の制度やサービスの現在地をわかりやすく解説したうえで、一人ひとりが自分の意思で未来を選び、「自分らしいライフデザイン」を描くための具体的な備えのステップをお伝えします。

お問合せ・連絡先 どなたでも参加できます

葛飾・生活者ネットワーク 高砂8-21-1

TEL:03-5876-4757 FAX:03-5876-4758

e-mail: katsushika@seikatsusha.net

申込締切

10/29

