

理学療法士と金融のプロから学ぶ カラダとお金の終活

前半

認知症を予防して
いつまでも健康的な生活を
～家庭でできる運動と体操～

10:30～10:50 講義
10:50～11:30 運動・体操・脳トレ

後半

眠るお金と働くお金、
最後に残すお金の大切さ

11:30～12:10 講義
12:10～12:30 質疑応答

神戸リハビリテーション病院
理学療法士 河石 優氏

明治安田生命保険相互会社
六甲中央営業所所長 若林 利光氏

2026年 **10月30日(金)** 10:30～12:30

会場 灘区文化センター 4階 服飾室

参加費 550円(保険料・運営費含む)

持ち物 飲み物、筆記用具

**申込み
お問い合わせ** 生きがい活動ステーション
神戸市灘区深田町4-1-39 メイン六甲4階
(神戸市立灘区文化センター内)

TEL 078-857-3022

FAX 078-857-3023

E-mail ikigai@cskobe.com

定員 20名

生きがい活動ステーションは、神戸市立灘区文化センター内に開設され、公益財団法人神戸市民文化振興財団と認定NPO法人コミュニティ・サポートセンター神戸（CS神戸）が協働で運営しています。

お申込



※お金の終活にまつわる疑問や質問があれば、ご記入ください。

氏名	(歳代)	
住所	〒	
電話/FAX		
E-mail		