



シニアプラザ レター

秋
2024

シニアライフプラン講座 開催しました

9月4日に、一関市ファミリーサポートセンターと合同で、「シニアライフプラン講座」をなのはなプラザ3階大会議室を会場に開催しました。

令和4年度社会貢献セミナーで「充実したシニアライフのための終活」のご講演で好評をいただいた、岩手県金融広報アドバイザー・ファイナンシャルプランナーの戸田節子様を講師にお招きし、「安心・充実したシニアライフと終活」と題してご講演をいただきました。

安心・充実したシニアライフを送るためにはどのような備えが必要なのか、お金のことや医療、介護、終活など、これからの暮らしに役立つお話をしていただきました。

今回は合同企画ということもありますが、参加者が多く関心の高さが窺えました。

令和6年度社会貢献セミナー
シニア活動プラザ・ファミリーサポートセンター
合同企画
シニアライフプラン講座

講座の内容は

1. 金融リテラシー
良い生活を送るために必要な金融スキルの解説
(例として家計管理、生活設計、金融知識など)
2. ライフプランと終活
3. これからの暮らしを考えよう
・必要なお金の計算・医療と介護への備え
4. エンディングノートの利用法

シニアライフ
プラン講座の
様子

考えてみよう！

元気なうちに
やっておきたい
こと

参加された皆さんのお声

- ご協力いただいたアンケートから
- ◆ 自分の「意志」「意思」「遺志」を確認すること、今を見つめ直すことの大切さを学んだ。
 - ◆ 高齢になっていく段階での介護の費用、施設入所した時にかかる費用について詳しく学べた。
 - ◆ 手持ち資金を有効に使うための生命保険料・介護保険料、携帯電話の見直しや今後にかかる支出を考えるきっかけになった。
 - ◆ ボケないうちに重要事項を書いていたのでそれで良いか確認できて良かったです。
 - ◆ エンディングノートの活用法、重要性が理解できました。
 - ◆ 人生百年時代、私も勉強しなくてはと思いました。などのお声をいただきました。

岩手県金融広報アドバイザー CFP ファイナンシャル・プランナー講師の戸田節子さん

最後に「終わり良ければ、すべて良し！」
で締めくくり講座が終わりました

シニア活動展示を開催しました

8月28日、29日に、なのはなプラザ3階展示スペースで活動展示を行い、手芸、詩吟、謡曲、健康づくり、パソコン、短歌に取り組んでいる7団体の活動を紹介しました。

全日本年金者組合一関支部手芸クラブの皆さんの作品展示



一関喜章会
桜連会
桜山会
一関信謡会
の皆さんは謡の
学習や謡曲や仕
舞を行っている
団体さんです



一関市シニアパソコン同好会
来場者に操作方法を講師や会員の皆さんが
指導しました



シニア詩吟愛好会の活動
についての説明の様子



短歌
游の会

短歌の
作品展示



シニア活動プラザ
シニア活動プラザについての説明、健康長寿サ
ポーターの活動やシニア川柳過去入選作品の紹介、
フードポストの周知などの紹介をしました

自彊術
健康体操
を行って
います



それぞれのコーナーを設け、作品やP R
チラシなどを配布、掲示をしました。

図書館の司書さんが選ぶ 第12回 シニア川柳

～たくさんの投句、ありがとうございました～

9月2日から募集開始しましたシニア川柳は10月21日に締め切り、地元一関市はもちろんのこと全国各地からたくさんの投句をいただきました。
ありがとうございました。

今後、図書館の司書さんによる選考で入選作品10句が決まり、その中から大賞1句が選ばれます。
発表はホームページ・ポスター等にて、12月中旬頃を予定しております。楽しみにお待ちください。

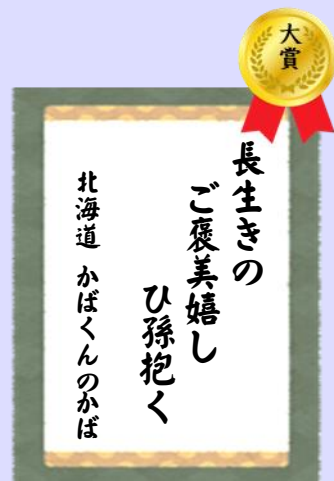


平成25年に「本屋の店員さんが選ぶシニア川柳」として始まり、令和3年からは「図書館の司書さんが選ぶシニア川柳」に形を変え、今回で12回目を迎えます。

今では全国各地に広まり、去年は36都道府県にお住まいの196名の方々に533句投句いただきました。

その中から令和5年度、第11回の大賞受賞作品をご紹介します。

第11回大賞作品
お題「再開」「ご褒美」



▼社会参加支援講演会（3月上旬）の開催を予定しております。

詳細については今後、ホームページおよび一関市広報等に掲載予定です。

お問合せ
お申込み

▶ 一関市シニア活動プラザ

TEL : 0191-31-8118 FAX : 0191-31-8120

E-メール : senior1shakyo@icn-net.ne.jp

ホームページ

<http://www.ichinoseki-shakyo.com/senior/>



シニアプラザレター 2024秋号 2024年11月発行

編集・発行 一関市シニア活動プラザ

〒021-0877 一関市大町4番29号（なのはなプラザ3階）

TEL : 0191-31-8118 FAX : 0191-31-8120

赤い羽根共同募金のお知らせ

10月1日から赤い羽根共同募金運動が全国一斉に始まりました。共同募金は、サロン活動や福祉活動団体への助成など「じぶんの町」で行われるさまざまな福祉活動を応援する仕組みです。

一関市シニア活動プラザでは赤い羽根共同募金箱を設置しております。
募金活動にご協力をお願いします。



一関市シニア活動プラザは、一関市から一関市社会福祉協議会が事業を受託して運営しております
社会福祉法人 一関市社会福祉協議会 〒021-0877 一関市城内1番36号 TEL:0191-23-6020 FAX:0191-23-6024