

高齢期を豊かに暮らすための

# 回想法

かいそうほう

# 講演会



回想法とは、昔懐かしい話や思い出話をして  
心を元気にしていく方法です。

懐かしい話・思い出話に花が咲いて、わくわくしたり、いつの間にか心晴れやかになった経験ありませんか？ 今回、おしゃべりをしながら心を豊かに元気にする『回想法プログラム』のお話と体験をおこないます。  
最近なんとなく元気が無い方、これからの人生をより豊かにしたい方、参加してみませんか。

開催日時	平成29年 10月11日 (水) 午前10時～11時30分
場所	成城ホール 砧総合支所 4階 集会室C (地図は裏面参照)
対象	65才位以上の区民の方
参加費	無料 (事前申し込み制、先着25名)

\*講演会に参加された方で希望者を対象に  
10月14日(土)～12月2日(土)まで、週1回・合計8回の  
“回想法連続講座”を実施する予定です。  
詳細につきましては講演会当日にお知らせいたします。

主催：認定特定非営利活動法人 語らいの家 後援：世田谷区

＜お申込み・お問い合わせ＞

語らいの家 (担当：坪井)

(申込先：電話.03-5429-8855 Fax.03-5429-8856)

= 申込み用紙は裏面 =

