

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。

講師	宮本 典子 氏 公認心理師 臨床心理士
開催日時	令和元年 9月28日 (土) 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B (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20名)

*講演会に参加された方で希望者を対象に
10月5日(土)～11月16日(土)まで、週1回・合計7回の
“回想法連続講座(おしゃべり会)”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：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 =

高齢期を豊かに暮らすための
回想法 講演会

日時：令和元年9月28日（土）

参加申込書

FAX番号：03-5429-8856

氏名	連絡先(電話番号)

NPO法人 語らいの家
連絡責任者 坪井 信子
電話：5429-8855



成城ホール(砧総合支所) 4階

住所：世田谷区成城6-2-1

小田急線「成城学園前駅」下車 徒歩4分