



三井住友信託銀行 小金井支店

シルバーカレッジのご案内

シルバー世代のこれからの「備え」を考える ～生き活きとしたシルバーライフを送るために～
三井住友信託銀行のシルバーカレッジは、シルバー世代の「備え」について各界の専門家の方々にご教授いただく「学びの場」です。

参加費無料 / 予約制

平成30年 **1月15日**(月) 13:00～15:00 (開場12:30)

第一部

しっかり食べて、楽しい毎日を
～低栄養を防ぐ食事～

歳を重ねると粗食になり、低栄養になりがちです。低栄養は筋肉量・骨量の減少や寝たきり、認知症への可能性を高めます。それらを予防するために食事のバランスや低栄養を予防する食事、季節にあった食事づくりについてお話しさせていただきます。

講師 管理栄養士・国際薬膳師
泉 京子 氏

第二部

楽しく生きるための
成年後見制度の利活用

～事例を交えて語る後見人からの熱いメッセージ～

成年後見制度をご存知でしょうか。判断能力が十分ではない場合にご自身の財産を守るため、法律的に支援する制度です。事例を織り交ぜて成年後見制度をお話させていただきます。長寿社会を生きるうえで今できることから考えてみませんか。

講師 司法書士・行政書士
国松偉公子事務所 代表司法書士
國松 偉公子 氏



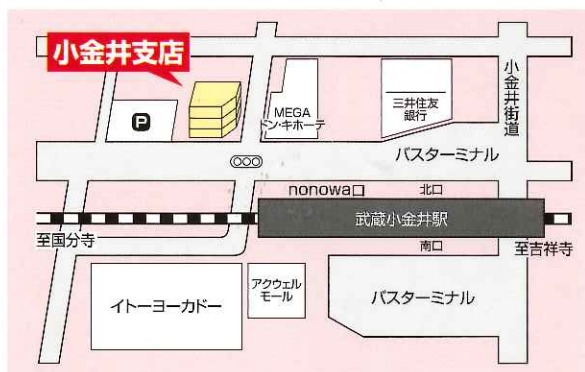
定員 **40名さま**

※定員になり次第締め切りとさせていただきます。
お早めにお申し込みください。

会場 **三井住友信託銀行 小金井支店
3階セミナールーム**

●JR中央線 武蔵小金井駅nonowa口改札
北側すぐ(ドン・キホーテ隣)

お申し込み お電話または窓口にてお申し込みください。



お問い合わせ、お申し込み先



小金井支店 ☎0120-377-541

〒184-0004 東京都小金井市本町5-10-1
JR中央線 武蔵小金井駅nonowa口改札北側すぐ(ドン・キホーテ隣)
電話受付時間/平日9:00～17:00(土・日・祝日はご利用いただけません)
12月30日～1月3日は休業とさせていただきます。