

終活健幸サポート多摩（サポたま）

終活全般から健康、趣味、お金、暮らしのことまで、専門家が一緒に考えます！



超高齢化社会に向かい、全国の先頭を走っている多摩市を中心に、ご高齢の皆様が最期の時を迎えるまで趣味を楽しんだり、健康に気を遣って運動したりなど、いつまでも元気で楽しく過ごしていただくお手伝いをしています。

[セミナー風景]

エンディングノートの書き方、遺産整理、生前相続、遺品整理など、いざという時に困らないための準備から、趣味作り、健康づくりなど幅広い分野まで、各分野の専門家がアドバイスをしたり相談に乗ったりしています。行政や法的な手続きなど、わかりにくいことや面倒なこと、誰に相談してよいかわからないことを、身近で気軽なテーマとして提供し、一番最初にご相談していただける身近な相談窓口でありたいと考え活動しています。

■ 活動内容

月1～2回のセミナー、交流会の開催

■ 活動日

不定期

■ 活動場所

市内コミュニティセンター、公民館等

■ 年間計画

セミナー月1回、交流会月1回を予定

■ ホームページ

<https://shukatsu-tama.net/>

■ メールアドレス



[私たちがお手伝いします！]