

いいね！

# いきいき生前整理教室

## ～物・心・情報を整理してより良い人生を～

生き活！人生100歳といわれる時代に  
これから的人生を楽しく自分らしく生き抜くヒントやきっかけづくりに…



### ＊講師＊

生前整理普及協会

生前整理アドバイザー認定指導員

出崎 節子 先生

3つのキーワード

【物】…物が片付くと心に余裕が生まれスッキリします

【心】…ゆとりができた穏やかな心で、今後の自分の人生をプランニングします

【情報】…家族がもめない相続、エンディングの情報を整理しましょう

### 日時

6月 1日 (水)  
15日 (水)  
27日 (月)

13:30~15:00 (全3回)

### 内容

- ① 生前整理的物の片づけ
- ② 想いの整理
- ③ 大切な人が困らない情報の整理

### 対象・定員

どなたでも・20名 (要申込・先着順)

### 費用

3,500円 (教材費500円含む)

### 準備物

参加者ご自身の写真

### 《開催場所・問い合わせ・申込先》

J:COM 中央区民センター

住所 中央区久太郎町1-2-27

電話 06-6267-0201

