## オンデマンド講座

東京都多摩消費生活センター 受講者募集



# ~シニア・ミドルのみなさまへ~

# 楽しみながら学ぶ暮らしの連続講座

自分と家族の人生100年時代の暮らしに備える、お役立ち情報満載の消費 生活講座です。消費者トラブルにあわないために知っておきたい情報など、 人気の講師陣がお話します。

# 視聴期間 令和5年10月10日(火)正午から11月21日(火)正午まで 視聴方法 YouTube ※ 申込必須(裏面参照)

◆講座一覧 全10回(1回のみの受講も可能) ※各回60分程度

自立できなくなった時のために早めの備えを ~エンディングノートの活用~

講師: 小谷 みどり 氏

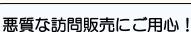
(一般社団法人シニア生活文化研究所代表理事)

多様化する葬儀とお墓

~最近の葬儀とお墓事情~

講師: 小谷 みどり 氏

(一般社団法人シニア生活文化研究所代表理事)



~その手口と対処法~

講師:瀬戸 和宏 氏



いわゆる健康食品ってなに?

~利用するときに知っておきたいこと~

講師:梅垣 敬三 氏

(元 昭和女子大学 食健康科学部 教授)

#### 考えてみよう老後の財産管理

~民事信託(いわゆる家族信託)って知っていますか?~

講師:村山 澄江 氏

(司法書士村山澄江事務所 代表 司法書士)

知っておきたいキャッシュレス決済



(一般社団法人キャッシュレス推進協議会)



#### エンディングノートを書く前の生前整理

~紙モノ整理から始めよう~

講師:渡部 亜矢 氏

(一般社団法人実家片づけ整理協会 代表理事)

インターネットとスマートフォンの

安心・安全な使い方

講師:原田 由里 氏

(一般社団法人ECネットワーク理事)



#### 定年退職後のライフプラン

~充実したセカンドライフを送るために~

講師:山口 良司 氏

(公益財団法人生命保険文化センター)

高齢者向け住まいの種類と選び方のポイント

講師:倉田 久氏

(公益社団法人全国有料老人ホーム協会)

申込方法等は裏面をご覧ください⇒

〇対象

都内在住・在勤・在学の方

QRコードはこちら⇒



〇申込方法

電子申請(URLまたは右のQRコードから申込み)

https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.lg.jp/manabitai/koza/center/renzoku230802.html

※事前にURLをメールで送付

※上記の申込みが難しい場合はご相談ください。

届いたメールの 講座URLをクリック! カンタン受講!

〇申込期限

令和5年 10月1日(日)(受信有効)



○受講料

無料(ただし、通信費は自己負担)

※ 個人情報は、講座目的以外には使用いたしません。

### 昨年度の参加者の声(アンケートより)

- オンデマンド配信のため、会場に行く必要がなく、自分の都合が良い 時間に参加できました。
- ・ 視聴期間中は講座を何度でも見られるので、講座を繰り返し見ることで 理解を深めることができました。
- どのテーマもわかりやすく、暮らしに役立つ内容でした。
- 怪しいと思ったらきっぱり断ったり、契約する前に家族や消費生活センターに相談することが大切だと思いました。
- ・葬儀、お墓、ライフプラン等について、家族と話し合ったり、自分の 生活を見直すきっかけになりました。

<問合せ・申込先>

### 東京都多摩消費生活センター

TEL:042-522-5119

東京都立川市柴崎町2-15-19 東京都北多摩北部建設事務所3階



