

～これからの暮らしや生き方を語り合い、つながる～

# 養生サロン



## プログラム (90分)

- ☞ 頭と体をほぐそう
- ☞ もしバナゲームで話そう
- ☞ 養生カードを書いてみよう

### 【参考資料】

- ・医療と介護の上手な利用
- ・在宅療養お役立ち情報

この養生サロンでは、4人1組で「もしバナゲーム」のカードを使って「これからの暮らしで大切にしたいこと」を考え、人生の最期という枠を超えて、一人ひとりが明日からの人生をよりよく生きるための気づきや心づもりを楽しく語り合います。

- 日時：令和6年6月7日(金)14時～15時30分
- 会場：掛川市 22世紀の丘公園  
コミュニティセンター「たまり～な」大研修室  
静岡県掛川市満水1652（東名掛川ICより車で15分）
- 参加者：シニアクラブ掛川女性部交流会 約12名

(注)「養生サロン」と「養生カード」はNPO法人f.a.n.地域医療を育む会のオリジナルツールです。

お問い合わせ

地域医療と介護を守り育むためのACP普及啓発事業実行委員会  
(事務局☎) 鈴木 090 4791 7922