

# 生前整理のすすめ

～豊かな人生を送るために  
心とモノを整理しよう～

5/30 金 10:00～12:00

「家族に迷惑を掛けたくない」「老人ホームに入る前に片付けたい」と頭では分かっているけど、「方法が分からない」「費用が心配」「思い出の品が捨てられない」などの理由で、生前整理を先延ばしにしていますか。誰でも人生の最期はやってきます。元気なうちに心とモノを整理して、より豊かな人生を送りましょう。

心の整理  
モノの整理

片付けの流れ  
事例紹介

生前整理の現状

【講師】 藤原 真由美さん

(株式会社ココピア 家じまいアドバイザー・SDGs ビジネスマスター)

【定員】 30人(先着順) 【費用】 無料

【申込み】 5月9日(金)9:30～ 公民館窓口へ ※電話可



※ 株式会社ココピアは、生前整理を通じてSDGsの推進(リサイクル・リユース促進や健康的な生活)に貢献します。

※ 5月30日(ごみゼロの日)から6月5日(環境の日)までの1週間は、「ごみ減量・リサイクル推進週間」です。

岡山市立 旭東公民館 岡山市東区西大寺松崎 310-1 電話 (086)943-1154

\*開館時間: 9:30～21:00 (日曜日は～17:00) \*休館日: 水曜日・国民の祝日・年末年始