

# 折れない心を育てる いのちの授業

参加料  
**無料**

定員 150名  
(先着順)

半径5メートルの人と幸せに暮らせる地域を目指して…



講師 一般社団法人エンドオブライフ・ケア協会  
業務執行理事 千田 恵子さん

学生時代、小学生の学習支援を通して、自分の存在を認めてくれる第三者がいることで自尊心・自己肯定感、そして学びと成長に繋がることに関心を持つ。企業で人材育成に携わる中、父親が難病 ALSに罹患。仕事と介護の両立のジレンマに陥る。父母を見送り、自分が生きる意味を考え始めた時、小澤竹俊医師と出会い法人設立。生涯にわたり、自分が今生きていることの価値を実感し、自分らしい人生を送り、幸せな最期を迎えられる社会を目指す。

<メッセージ>

「自分なんて、いなくてもいいのかも。」皆さんはそんな風に考えたことはありませんか？では、どんなことがあると、自分のことを認め、人に優しく出来るのでしょうか。

様々な苦しみに遭遇する人生において、子ども達、そして関わる大人達が自分の苦しみと向き合い、相手の苦しみと関わるができること。

地域の中で、子どもから高齢者まで、このような人が増えていくことで、人生の最期まで穏かに暮らせる社会を目指したいと思います。皆さん、一緒に考えてみませんか。

2023. **10.5** 木

※ 職種・年齢問わず  
どなたでも参加 OK  
(出来る限り事前申込をお願いします)

「いのちの授業」は、全国の学校や大学、行政などで取り組まれており、温かなこころの育み方を一緒に学び、互いを支えだと感じることができるお話です。

受付開始 18:00 (終了予定)  
時間 **18:30~20:00**

場所 稚内市中央3丁目13番23号  
**稚内総合文化センター小ホール**

申し込みは、QRコードから

下記の電話でも可能ですが、可能な方はQRコードからお願いします。



主催：稚内市 (生活福祉部 健康づくり課)

申し込み・問い合わせ (平日 8:45~17:30) <<電話>>0162-23-4000 <<FAX>>0162-29-2257