

# 大阪府高齢者大学校 授業に登壇

2024年2月3日月曜日 10時30分～12時30分 大阪府社会福祉会館にて

聴講者 45名(平均年齢約74歳)

講師 CSねっと企画合同会社  
代表 長嶺 堅二郎

科目 身の回りの法律を易しく学ぶ科

テーマ 高齢者の住まい ～幸齢時代の後悔しない備えと暮らし方～

## 講義内容

1. はじめに 幸齢時代の老い支度
2. 高齢者の暮らしの現状
3. 介活を始める
4. 高齢者住宅・施設の種類とその見方
5. 高齢者住宅の現状
6. 高齢者住宅とは
7. 自立型高齢者住宅とは
8. 介護型高齢者住宅とは
9. 入居費用と契約方式
10. 高齢者住宅・施設の選び方
11. シニアライフ・生き活きと生き抜くには
12. 先人・元気な高齢者の長寿の秘訣

