

**参加  
無料**

# セカンドライフ準備セミナー 『健康寿命』を延ばす『住まい』について

「高断熱・高性能」「自立型」サービス付き高齢者向け住宅と「健康」の意外な関係

参加対象：50歳以上の方（50歳未満の方でも、興味のある方はご相談ください）

「健康寿命」は中高齢者にとってとても重要なテーマ。健康といえば「運動・食事・睡眠」などが連想されますが、「住宅（設備・住まい方）」も大きく健康に影響するのです。

本セミナーでは、中高齢者の健康寿命延伸に資する「高断熱住宅」「自立型サービス付き高齢者向け住宅」の特徴について、モデル施設を会場に、わかりやすく解説します。

**定員  
16名**

「健康寿命」って言葉はよく聞くけど、どういう意味？

「健康」と「住宅」何か関係あるの？

高齢者向け住宅と介護施設は何か違うの？

「高断熱」が「健康」に結びつくのはなぜ？

「自立型」の高齢者向け住宅ってなんだろう？

**日時：12月14日（土）  
午後2：00～3：00**

**会場：サンタハウス弘前公園  
1階 交流スペース**



セミナー会場外観



**申込  
方法**

① ☎0172-88-7707

② 右QRコードから  
でも申込可能です



**お問い合わせ・申込先**

社会福祉法人 弘前豊徳会  
サービス付き高齢者向け住宅 サンタハウス弘前公園  
〒036-8202 弘前市大字元大工町 26 番地 1  
☎0172-88-7707 (阿保)  
✉santa-kouen@gaea.ocn.ne.jp