



第8回 無料法律・介護・年金相談会

きんしゃい
6月号 vol.28

講演テーマ：今から考える老後の財産管理 ①任意後見契約 (今後シリーズ化して行う予定です)

NPO法人 きんしゃい
連絡先 〒812-0053
福岡市東区箱崎 1-29-4
TEL 092-643-6095
<http://www.npo-kinshai.com>

7月10日(金) 13:00~16:00

平成25年9月に始めた、法律・介護・年金の無料相談会も今回で8回目となりました。5回目からは相談会だけでなく、相続のことなど身近な問題をテーマとしたミニ講演会も併せて行っており、『分り易くて、安心した』と参加された方や個別相談された方にとっても喜ばれています。

《個別相談について》

相談は個室で2名の弁護士が各々ゆっくりにお話を伺い、法的なアドバイスをしています。

★費用はもちろん無料です★

相談内容は遺産相続・生前贈与・借地問題・年金・不動産契約・お墓・マンション管理組合・町内会費の徴収・地域の空き家雑草処理、等々と多岐にわたっています。

～参加された方たちの声～

年齢的に近づいてきたので、具体的なこととして参考になりました。
70代・男性(第5回)

知っているつもりでも法的には知らないと同じだと気づきました。
80代・女性(第5回)

飛び込み参加でしたが、非常にわかりやすかったです。弁護士さんも話しやすく、身近にかんじました。
60代・女性(第7回)

具体的にとてもわかりやすかったです。もっと、色々と実例を聞いてみたかったです。
40代・女性(第6回)



この無料相談会は、暮しておられる地域で、お気軽に相談していただくために始めました。大事(おまごと)になる前に早めの対処で、住み慣れた地域で安心して暮らせる手助けをと思い明倫国際法律事務所、箱崎商店連合会等の協力を得て、開催してきました。

『転ばぬ先の杖』と、お気軽にご相談されますようご案内します。

元気を取り戻す きんしゃい体操シリーズ

第24回 原点回帰！ねこ背を治せば100歳まで元気！

—ヒザ立ちをするとなぜ正しい姿勢になるのでしょうか—

ヒザたちが正しい姿勢になる理由は骨格の構造にあります。これさえ分れば、ねこ背の解決はもうすぐです。

Q. どうしてヒザ立ちだけが自然と正しい姿勢になるのでしょうか？

A. ひざ部分を拡大したイラストを見て下さい。ヒザが一点で重さを支えているのが分るでしょう。そしてその膝のすぐ上には大腿骨があります。だから、ヒザ立ちは無条件に骨盤や上半身が大腿骨に正しく乗って、身体をつくるのです。すなわち…大腿骨に上手に乗れば、楽に良い姿勢になれるのです。

大腿骨

骨盤は大腿骨という太く頼もしい骨に乗ることで安定し、上半身を支える背骨もその上できれいに伸びていられます。骨が骨を自然に支える無理のない状態。美しい姿勢はこうしてつくられているのです。

