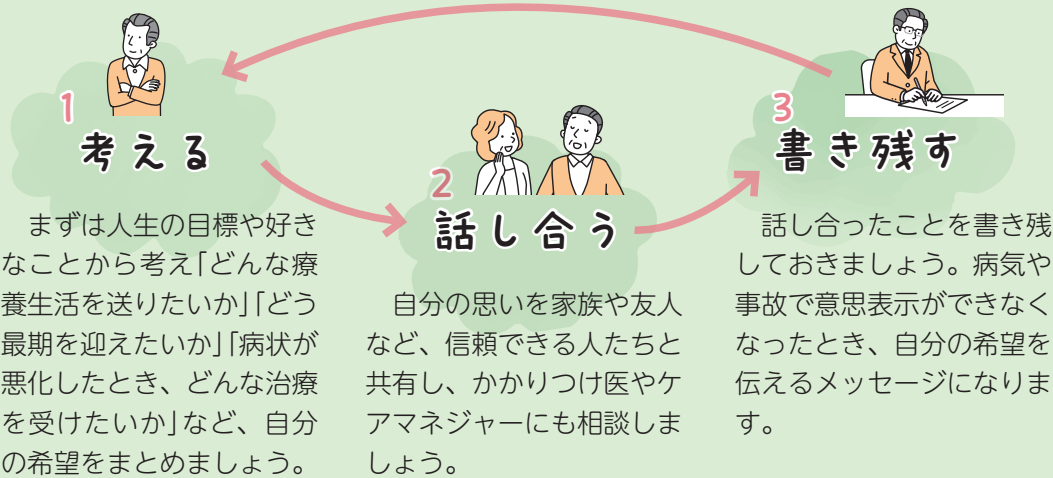


いざ → 3つのメリット 人生会議へ

- 1 医療やケアに自分の希望が反映される
- 2 信頼する人が自分の思いを周りに伝えてくれる
- 3 大切な人につらい決断をさせなくて済む

3つのサイクル

希望や思いは状況によって変わります。繰り返し考え、話し合い、共有する過程が大切です。



在宅医療・介護連携推進協議会 市民講演会 誰もがここで暮らし、支えあうためのヒント

日 令和8年2月17日(火)13時30分～15時30分
所 我孫子南近隣センター

※申し込み方法など、詳細は広報あびこ12月16日号に掲載予定です。



日常会話も、人生会議の一部に

あなたの人生を話すきっかけになる話題

あなたについて

- 好きなことは？嫌いなことは？
- 好きな時間は？
- 趣味や楽しいことは？
- お金は残す派？使い切る派？
- 落ち着く場所は？
- 人生を変えた人は？
- 行ってみたい場所は？
- これからやりたいことは？

伝えたいこと

- 伝えておきたいことは？
- 未来に残したいことは？

もしものとき

- 食事ができなくなったら？
(点滴、胃ろう、何もしないなど)
- 自然に呼吸ができなくなったら？(心肺蘇生、人工呼吸器、何もしないなど)
- 意思表示ができないとき、誰に判断をお願いしたい？
- 最期はどこで過ごしたい？
- 最期は誰と過ごしたい？



人生会議のきっかけとなる もしバナゲーム

我孫子市では

人生会議から終活まで使える エンディングノート

もしものときのための話し合いをするきっかけが作れるゲームです。ゲームの中で、大切にしたいことを周りの人たちに伝えることで、人生を振り返り、互いの価値観の違いを知り、自分が大切にしていることを再認識できます。

高齢者なんでも相談室で、もしバナゲームの体験会や貸し出しを行っています。希望する方はお問い合わせください。

◎高齢者なんでも相談室

地区	問い合わせ
我孫子北	04-7179-7360
我孫子南	04-7199-8311
天王台	04-7182-4100
湖北・湖北台	04-7187-6777
布佐・新木	04-7189-0294



◎これまでの私とこれからの私へ ～あびこ人生アルバム～

大切な思い出や遺したいメッセージをまとめられるノートです。

◎65歳からはじめる

私と家族の終活べんり帳

エンディングノートを書くためのポイントをまとめた冊子です。

配布場所 各高齢者なんでも相談室、高齢者支援課、市民課、各行政サービスセンター、各近隣センター、我孫子市社会福祉協議会など

福祉の仕事は、だれでも活躍できる

同時開催

福祉のしごと相談会 in アビクオーレ

日 11月15日(土)11時～15時
所 アビクオーレ(イトーヨーカドー我孫子南口店)1階・3階
費 無料(申込不要)



▲市HP

◎福祉事業所による就労相談会

相談ブースで求人内容・仕事内容・条件など、気軽に相談できます。各事業所のパンフレットなども設置しています。

◎「我孫子の介護の魅力」写真展

高齢者施設などから募集した介護の魅力を感じられる写真展

所 高齢者支援課・内線460

◎障害者週間記念イベント

福祉事業所創作物のマルシェ、障害がある方への理解の促進や権利擁護を推進するためのポスター展

所 障害者支援課・内線389



千葉県福祉機器展 in けやきプラザ

最新の福祉機器の展示や体験、血管年齢・体力測定、キッチンカーなどもあります。

日 11月15日(土)10時～16時

◎講演会

日 11月15日(土)①10時30分～11時30分②13時～14時③14時30分～15時30分

内 ①人生100年時代を生き抜く食のヒント ②覚えてみましょう！手話での日常会話 ③呼吸が変わると未来が変わる！認知機能アップは呼吸筋から！

講 ①関本美貴さん(昭和女子大学講師) ②田仲華子さん(千葉県中途失聴者・難聴者協会認定手話講師) ③吉羽咲真好さん(笑顔咲く咲く協会代表理事)

定 先着①③100人②50人(要申込)

費 無料

所 申込 けやきプラザ ☎04-7165-2886

【11月30日は「人生会議の日」】 11月30日は「いいみとり・みとられ」の意味を込めて、人生会議の日とされています。人生会議は最期の時を考えるだけでなく、どのように人生を作り上げていくかを考える方法の一つです。

所 高齢者支援課・内線382