

地域包括支援センターだより

第70号 平成30年8月1日発行

大垣市 地域包括だより

検索

わたしの想い～こころのメモ帳～

「あなたらしい生き方」を応援します

あなたは、あなた自身の人生の最終章をイメージされたことはありますか。

そのことについて、周りの方と話し合ったことはありますか。

人生の最終章をどのように迎えたいかを考えることは、あなた自身が、いつか迎える「その時」まで、あなたらしい人生をどのように生きるのかを考えることと同じです。

一人でも多くの市民の『自分の望む最期を迎える』という願いを叶えるために、大垣市内の医療、介護に関わるメンバーによる「大垣市事前指示書プロジェクト」にて、冊子『わたしの想い～こころのメモ帳～』を作成しました。

この冊子は、人生の最終段階に向けた様々な想い、医療に関する希望などについて周りの方と一緒に考えるきっかけとして、またそれを書き残すための冊子です。



わたしの想い 私が、わたしらしく生きるため ～いまのわたし、これからのわたし～ ●わたしが「嬉しいこと・楽しいこと・やりたいこと」 ●わたしが「嫌いなこと・不安なこと・悲しいこと」 ●わたしが大切にしていることや大切なもの (趣味・日課・ペット) ●わたしの願い (伝えておきたい事・終末期や死後についての希望)	わたしの人生の よりよい最終章へ向けて 介護が必要となった時や、認知症などで 自分のこと判断が難しくなったときの希望 ●どのように最期を迎えたいか 【どこで】 <input type="checkbox"/> 自宅で過ごしたい(在宅生活) <input type="checkbox"/> 病院で過ごしたい <input type="checkbox"/> 施設で過ごしたい <input type="checkbox"/> 症状に応じて <input type="checkbox"/> 特に希望はない <input type="checkbox"/> その他..... 【苦痛緩和の希望】 <input type="checkbox"/> 苦痛のある状態を望まない 苦痛を和らげるための十分な処置や 投薬を希望する <input type="checkbox"/> その他希望すること
---	---

＜活用のポイント＞
◆何度でも書き直しができます。
◆必ず周りの方やかかりつけ医にも伝えておきましょう。
◆よく分かる場所に置いておきましょう。

人生の最終段階における医療に関する希望について記せるようになってるのが特徴です。

『わたしの想い～こころのメモ帳～』についてもっと知りたい方、書いてみたい方は、大垣市医師会(TEL 89-5800)またはお近くの地域包括支援センターまでご相談ください。

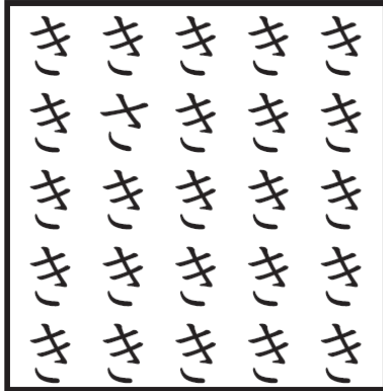
また、地域包括支援センターでは、地域のいきいきサロン等にお伺いして、「終活」をテーマとした出前講座も行ってまいります。お気軽にお声掛けください。

《介護予防》 レッツチャレンジ！！

★ 脳のトレーニングで認知症予防 ★

下の□の中には、それぞれ他と違う文字が1文字あります。見つかるかな？

①



②



エリアNEWS

北西エリア (宇留生・赤坂・青墓)

～ 活動紹介 ～

大垣市地域包括支援センターお勝山は、年に数回北西エリアの各事業所や専門職等と連携して「北西エリア地域ケア会議」を開催し、地域のみなさまが安心して生活できるように地域課題の発見や社会資源を考える機会を設けています。



< H30.5.29 北西エリア地域ケア会議 >

「認知症サポーター養成講座」を開催しました。

この講座は、認知症について正しく理解し、認知症の方や家族を温かく見守り支援する「応援者（サポーター）」を養成するものです。

これまでに、認知症の方とかかわったことがある方や、日頃の介護に自信がないという方などが参加されました。

講座終了後、「認知症というものがわかり、心が楽になった」「講座で話された症状の高齢者に会ったことがある」等の声が聞かれ、認知症の方への接し方や理解が深まったと感想をいただきました。

■大垣市地域包括支援センター

○大垣市役所内 ☎82-1166【担当地区】安井・川並・洲本・浅草

■地域包括支援センター大垣市社会福祉協議会

○総合福祉会館内 ☎77-2255【担当地区】興文・東・西・南・南杭瀬

日新・静里・綾里・荒崎

○在宅福祉サービスステーション内 ☎84-7111【担当地区】和合・三城・墨俣

○上石津老人福祉センター悠楽苑内 ☎48-0068【担当地区】上石津

■大垣市地域包括支援センターお勝山

○お勝山ふれあいセンター内 ☎71-5536【担当地区】宇留生・赤坂・青墓

■大垣市地域包括支援センター中川ふれあい

○中川ふれあいセンター内 ☎82-1701【担当地区】北・中川

