



《 自治会 》

活動報告

活動内容 健康講座 一之宮自治会長協議会共同開催
実施日時 令和7年9月13日(土) 午前10時～11時30分
場 所 一之宮南部福祉会館
参加人数 60名程



一之宮自治会長協議会マーク

一之宮自治会広域事業として毎年9月に健康講座を開催致しております。

当日は、天候の悪い中でも多くの方々にご参加を頂くことが出来ました。

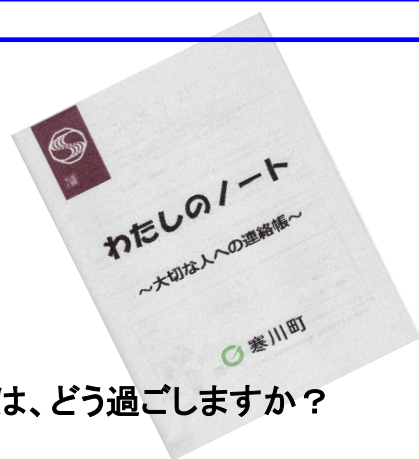
健康講座の今年度のテーマは、高齢化社会に合わせて『もしもの時』が訪れ、自分の意思が表明出来なくなった時、あなたに関する情報や希望を分かり易く、家族にまとめて残しておく為のエンディングノートについての講演と、日常生活で困ったり心配事や悩みについての相談窓口や高齢者や障害者への支援等について社会福祉協議会の取り組みを併せた講演会を致しました。

一之宮自治会長協議会 相談役 斎藤 正信

健康講座

1、人生100年時代をハッピーに送るために 家族会議について知り、エンディングノートを作しましょう。

講師：緩和ケア認定看護師 齋藤奈緒子 様



・病気になり余命を宣告されたら、あなたは、どう過ごしますか？



○自分らしく生きる

- ・普段の生活が一番素晴らしい
- ・如何に亡くなるかより如何に生きるかを語る

○もしものときのために 人生会議(ACP)

- ・どのような医療、ケアを望むのか前もって考え
家族や信頼する人、医療、介護従事者たちと
繰り返し話し合い共有すること

エンディングノートを書いてみましょう！

自分の大切にしたいことや希望を書けるところから書き留めていきましょう！
そして家族や信頼できる人と共有しましょう！

健康講座

2、寒川町社会福祉協議会は、高齢者の方々に対する様々な支援を行っております。

講師：寒川町社会福祉協議会



- ・日常生活自立支援事業
- ・法人後見事業 ほか

- ・高齢になり自分で出来ない、ご家族が近くにいない等の問題に対する支援

稲葉 事務局長

浅野 地域福祉担当



会場の様子



高齢化に伴い自分自身による判断や対応が難しい方々が増えております。

そのような状況になる前の準備や備えが必要です。

本日の講演は、大変有意義で避けられない終焉を穏やかに迎えられる事を願っております。