

11月30日は「人生会議の日」です



もしもの時に備えて、自分がどのような医療やケアを望むのか前もって考え、家族や医療・介護関係者と繰り返し話し合い共有することを「人生会議」＝アドバンス・ケア・プランニング（ACP）と言います。厚生労働省は11月30日を「人生会議の日」とし、人生の最終段階における医療ケアについて考える日としています。今後の人生

をどのように過ごしていきたいか、どのような医療やケアを受けたいか、環境や体調の変化により思いや考えが変わることもあります。人生会議は一度きりではなく、**何度でも繰り返し話し合う事**が大切です。より良い人生を送るために人生会議を始めてみませんか？



介護長寿課でエンディングノート、終活べり帳を受け取る事ができます。(数に限りがあります)



厚生労働省
漫画・動画で見る
「人生会議について」

問 介護長寿課 ☎973-5112

終活セミナーのご案内

元気な今だからこそ考える～あなたらしい終活～

人は年齢を重ねると身体や心がどう変化していくの？
自分らしく生きるために考えること、準備することは何？



自分のこれからの人生を
どう生きようかな・・・



人生100年時代と言われる今、これからの人生を自分らしく過ごすために、元気なうちに備えておくべきこと「終活」について考えてみませんか？

ご家族、お友達、お隣近所でのご参加お待ちしております

日時 12/13(土) 14:00～16:00

場所 石川保健相談センター2階

【講演テーマ】

- ・「歳を重ねるといこと」：「東嵩西寿枝氏」(老人看護専門看護師/沖縄県立中部病院)
- ・「上手く生きるための終活」：「東恩納寛寿氏」(終活カウンセラー/沖縄県メモリアル整備協会)
- ・「地域包括支援センターの役割とは？」：地域包括支援センターいしかわ

参加費 無料 **申込み** 不要

エンディングノートの
無料配布もあります



問 介護長寿課 ☎ 973-5112