



在宅医療・介護連携推進協議会から

ちょっと

いいかい(医~介)

特集

さくら市出前講座
レポート

VOL. 8

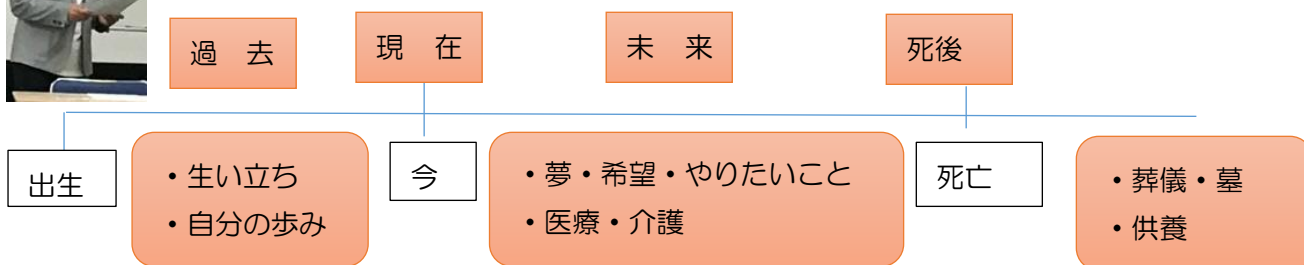
人生 100 年時代。日本全国には、100 歳以上の方が男性約 8,400 人、女性約 6 万 1,500 人います。
「エンディングノート」を自分らしく生きるためのきっかけづくりとして活用してみませんか。

エンディングノートの活用について

<終活カウンセラー 渡邊純子さんの講義より>



「エンディングノート」は残された人への思いやりであり、自分を見つめ、自分らしく生きるためのものです。



「死」への注目だけではありません。

さあ、自分のことや今これからのことを考えるきっかけとしましょう。

♡エンディングノートを書く意味とは・・・

エンディングノートは、法的根拠はありません。しかし、いざというときに、家族の人が困らないために、自分の医療や介護・死生観など自分の気持ちを伝えることができます。

そして、これまでの人生を受け入れ、これからの人生を考えるきっかけになります。

エンディングノートを通じて、家族と話し合うきっかけづくりにしてみましょう。

これからの生き方を考えるために参加しました。

参加者の声



終活が身近に感じるようになり参加しましたが、健康でいることの大切さを感じました。

参加者の声



今日の講座を家族と話すきっかけにしたいです。

ちょっといいお知らせ

2019年度さくら市マイエンディングノートを作成しました。

6月10日からさくら市役所高齢課、喜連川市民生活室で配布します。

ぜひご活用ください。

