

南部第二高齢者支援センター主催講座を開催しました！

令和5年度は7月から12月にかけて講座を開催し、多くの市民の方々に足を運んでいただきました。講座は大変好評で、いろいろなご意見をいただきましたので、今回は開催した講座の活動報告をさせていただきます。



「終活講座～知って安心。終活と葬祭事情～」

日時：令和5年10月26日(木)13:30～15:30

場所：茨城県市町村会館 201 会議室

講師：あんしん葬儀橙縁社 葬儀コンサルタント 高倉 直也氏



終活をテーマに、エンディングノート、葬儀やお墓事情についてお話をいただきました。「終活」という言葉は、知っている方も多いですが、縁起でもないというネガティブなイメージが強く、実行している方は少ない現状があります。

終活をしていない場合に、残された家族は何も知らされておらず、困惑する事例が多くあります。困ってしまった内容には、①医療や介護についての判断、②葬儀やお墓についての判断、③重要書類の保管場所が分からないなどがあります。

終活を始めるために、活用できるものとしてエンディングノートがあり、手元にあるが保管したままでまだ記入していないという方も多いようです。最初のページから項目を埋めようとせず、書けるところから記入することもポイントとのことです。取り組み始めて、「これをきっかけに、自分の人生の振り返りや今後のことについて考える機会となり、気持ちがすっきりした」というご意見もあります。講座にご参加いただいた皆様から、終活の必要性について認識し、はじめられることからやっていきたいとのご意見もいただきました。

「在宅医療講演会～元気なうちから知っておきたい在宅医療～」

日時：令和5年11月15日(水)13:30～15:00

場所：茨城県市町村会館 201 会議室

講師：在宅療養支援診療所 花小路診療所 院長 宮尾 佳子先生



訪問診療を行っている宮尾佳子医師より、在宅医療の話、人生最期の話、人生会議や延命措置などについて経験を交えて分かりやすく教えていただきました。話を聞きに来てくださった方からは、「レスパイト入院※を初めて知った」という方、「介護保険制度を併用していくことも必要であると知った」という方もおり、有意義な時間を過ごすことができました。終末期において、ご家族が「そばにいる・声をかける・顔をふく」などを行うことも大切なことなのだを教えていただきました。※レスパイト入院とは、介護者の事情により一時的に在宅介護が困難になった場合に、短期間の入院を利用すること。