

光が丘地域包括支援センター新聞

〒179-0072 東京都練馬区光が丘二一九一六

電話：〇三―五九六八―四〇三五

十二月二十四日(金)午前十時から大通り北団地管理組合の依頼で「わが家で生きる」ご自分の終活を考えてみましょう」の勉強会を実施いたしました。

二十名以上の方が参加されて、貴重なご意見をうかがうことができました。当日アンケートを実施しました。①「現在の心配事」

については、体力の低下を気にしている方が多くいました。

②「終活」については、時々考えると言う方が多くいました。

③「今後聞いてみたい話」としては、練馬区の制度、認知症について、成年後見制度についての順で多くあがりました。

また、後半で、人生会議(ACP)についての話をしましたが、自分がどうしたいかを考えることはなかなか難しいことがわかりました。当日は、実際の事例を通して自分ならどうしたいかを考えていただきました。

【参加者からの声(一部)】

- ・ 年末年始子どもたちとの話題のひとつになります。
- ・ 六八歳になるが身近に考えたことがないので、今後は考えていきたい
- ・ 何度も聞いてみたい話でした。



当日の配布資料です。

