本庄西地域包括支援センター本庄市社会福祉協議会

西包括だより

第118号
令和8年11月発行

〒367-0052 本庄市銀座 1-1-1　本庄ガス ECO はにぽんプラザ　2階
電話　0495-22-7088　　FAX　0495-21-5516
業務時間　8：30～17：15（土・日・祝日・年末年始（12/29～1/3）除く）　時間外受付：080-4380-7614
担当地区：本庄西地域（千代田・若泉・中央・銀座・小島南・小島・万年寺・下野堂・（照若町）・都島・山王堂・沼和田・杉山・新井・三友）

人生会議

あなたの「大切にしたいこと」は何ですか？

　自分らしい人生を過ごすため、望む医療や大切にしたい価値観をあらかじめ考え、家族や医療関係者と話し合って共有する取り組みを「人生会議（ＡＣＰ：アドバンス・ケア・プランニング）」と呼びます。

　命の危険が迫ったとき、約 7 割の人がこれからの治療やケアについての判断や意思表示ができなくなると言われていますが、実際に話し合ったり書面に残したりしている人はまだ少数です。命に関わる事態になり自分が意思表示できなくなったとき、事前に思いを共有しておくことで、周りの家族が迷わず方針を決めやすくなります。

　人生会議で決まったことには、法的な拘束力はありません。体調や環境によって気持ちが変わっていくものです。何度でも繰り返し考え、話し合ってみてください。

STEP1：考える

自分の価値観や「最期をどう過ごしたいか」「受けたい医療」を言葉にしましょう。

STEP2：代弁者を選ぶ

判断できなくなったとき、代わりに意思決定をしてくれる信頼できる家族や友人を代弁者として決めておきましょう。

STEP3：情報を集める

主治医やケアマネジャーから、病状の見通しや治療・ケアの選択肢とリスクを聞きましょう。

STEP4：話し合う

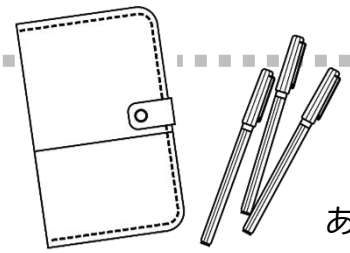
整理した思いと情報をもとに、家族・医療ケアチーム全員で具体的な場面を話し合いましょう。

STEP5：記録し見直す

内容をノート等に書き残して共有しましょう。
気持ちや状況の変化に合わせて何度でも修正しましょう。



（詳しくはホームページへ）



エンディングノート

あなたはこれまで、どんな人生を歩んできましたか？
これから、どんな人生を歩んでいきたいですか？
最後まで自分らしく歩むために、そして家族や大切な人のために
あなたに関する情報や希望を分かりやすくまとめることができる
それが「エンディングノート」です。
ご自身やご家族のこと、財産、もしものときのこと・・・
テーマに沿って書き進めるうちに、自然と思いを整理できるようになっています。
本庄市では『思いをつなぐマイエンディングノート』を無料で配布しています。
家族など身近な人と話し合うきっかけにしてみてください。

エンディングノートの配布先

本庄西地域包括支援センター
本庄市社会福祉協議会
☎0495-22-7088

本庄市役所
高齢者福祉課
☎0495-25-1722

☘ 介護者教室　申し込み受付中 ☘

参加費
無料！

11月30日(月) 13:30～15:00
本庄ガス ECO はにぽんプラザ 2階 活動室 D･E
12月15日(火) 13:30～15:00
旧本庄商業銀行煉瓦倉庫 2階

知っておきたい薬の知識と
高齢期に必要な栄養について
お香の香りでリラックス 匂い袋作り
＆自分でできる肩こり･腰痛改善

参加対象者：市内在住の高齢者を介護している方･介護に携わっている方
定員：20 名(先着順)

申し込み・問い合わせ
本庄西地域包括支援センター本庄市社協
電話：22-7088

11 月･12 月の予定

日時・会場	行事
11／16（月）・12／21（月） 13：30～15：30 本庄ガス ECO はにぽんプラザ2階 活動室 D・E	**オレンジカフェはにぽん** 11 月　「お薬のお話」 12 月　「栄養のお話」 **認知症個別相談会も同時開催**
11／25（水）・12／23(水) 10：00～12：00 **本庄東地域包括支援センター** （本庄市本庄 3-1-21）	**認知症家族の会　本庄** 認知症の方を介護している、していた家族が集まり、日々の介護のこと、悩みを話せる場です。秘密厳守で対応いたします。

クリスマスのクイズ

メリークリスマスの「メリー」にはどんな意味があるでしょうか？

1．神聖な
2．楽しい
3．夜中の



答えは表面にあります。