

終活

未来の私がきらきら輝き
生き終えるため

12月8日、日南町総合文化センターさつきホールを会場に地域包括ケアシンポジウムを開催しました。

講師に広島県から 坂下宗生 弁護士、日南町社会福祉協議会事務局次長 木山詔子 社会福祉士をお迎えし、今とこれからを『自分らしく生きる』ために大切な心構えや、利用できる制度等についてお話ししていただきました。

保健現場 レポート

福祉保健課
社会福祉士
坂村 美枝

360

『自分らしく生きる』
そのために大切なことは？

坂下弁護士より、自分らしく生きるための最も基本的なことは、『自分で自分のことを決めること』と教えていただきました。そして決めたことを家族や支援してくれる人などに『伝えること』もとても大切です。どこでどう生きたいかを元気なうちにできるだけ決めておいて、元気なうちに伝えておくことが望ましいということです。

ただし決められないことが非難されることではないので、大いに迷って、誰かに相談して決めていく、一度決めたことを変更してもいいという認識でいてもらいたいとも話されました。

『もしもの時のしあわせノート』
あなたも書いてみませんか？

日南町では、介護を受けるようになった時や入院した時などに自分の思いが伝えられないような『もしもの時』に、思いや希望を伝えるための『もしもの時のしあわせ

ノート』を作成し、配布しています。このノートは自分の半生を振り返り、今後どうしていきたいかが書けるようになっていきます。希望を伝えられるだけでなく、改めて自分の気持ちを見つめたり、家族や支援者と話し合うきっかけにもなります。

ご存知ですか？

『成年後見制度』

成年後見制度とは、知的障がいや精神障がい、認知症等により判断能力が不十分になった際に、本人に代わって後見人が契約や財産管理などを行うものです。身の回りのことは一人で出来るが契約などを一人で行うのは不安だという方から、判断能力が無く契約などを代理で行う必要がある方まで、その方に合う方法で利用が出来ます。親族に後見人を頼む方もあれば、弁護士や権利擁護を行う法人に頼む方もあります。日南町社会福祉協議会も後見人活動を行っています。

まずはご相談ください。

参加者の感想より

- ユーモアいっぱい、難しい話も楽しく聞くことが出来ました。とても良い講演会でした。
 - 自己決定について深く考える機会となりました。日頃から信頼できる人間関係を作ることが大切と思いました。
 - 「安心」の部分が欠けていると「自分らしく」も無理が生じる。自分の思いと家族等とのすり合わせは日頃より話をしておくことが必要。
 - いずれ自身にも関わることで勉強になりました。
 - 高齢者だけでなく、若い世代も親を支える意味でも、みんな考えていく場の提供を望みます。
- 初雪の舞う中、ご参加いただいた皆様
ありがとうございました！



「成年後見制度」について
ご相談は・・・

○日南町地域包括支援センター
821-0374

○日南町社会福祉協議会
821-6038

○西部後見サポートセンター
つえるかむ(米子)
0859-211-5092

「もしもの時のしあわせノート」
について

お問い合わせは・・・

○日南町地域包括支援センターへ
お願いします。

