

# ～最期まで自分らしく～

田村 淳さんは、コロナ禍の中、母の看取りを経験しました。  
がんと闘病を続けた母・久仁子さんは、「尊厳死宣言書」を残し、自分の最期を決めていました。人生の最期を迎えることについて考えることをテーマに、厚木・愛甲地区で多くの看取りの場を経験してきた現役の訪問看護師と対談する形で進める講演会です。



たなか かずこ

**田中 和子 氏**

訪問看護師



たむら あつし

**田村 淳 氏**

ロンドンブーツ1号2号



まち あせい

**司会 町 亞聖 氏**

フリーアナウンサー・元ヤングケアラー

**12/4 (日) 14:00~15:30 (開場13:00)**  
厚木市文化会館 大ホール

入場無料

- 申込可能な方 ▶ 厚木市在住の方
- 申込方法 ▶ 電子申請システム/電話/郵送/FAX/窓口

■ 電子申請システム

■ 電話 ▶ 046-225-2047 (平日: 8:30~17:15)

■ 郵送・FAX ▶ 12/4講演会申込の旨、参加者全員分の住所、氏名、電話番号(携帯可)、国民健康保険加入者は令和4年度中の特定健康診査(特定健診)受診状況(受診済又は受診予定)を書き、〒243-8511 厚木市中町3-17-17 地域包括ケア推進課、FAX:046-221-2205 へ。

■ 窓口 ▶ 第2庁舎1階地域包括ケア推進課・本庁舎1階国保年金課

● 申込締切 ▶ 令和4年11月11日(金)【必着】

● 定員 ▶ 1,200人(国民健康保険加入者の特定健診受診者枠200席)

申込多数の場合はグループ単位で抽選。

入場券(抽選結果)は、11月18日頃の発送を予定しています。

手話・要約筆記・  
託児あり(要申込)



詳細・申込みはこちら

## 認知症カフェ～日曜サロンなよたけ～

認知症になっても安心して、気軽に交流出来る地域の集いの場です。  
木のぬくもりに包まれたピアノを聞ける喫茶店で、陶芸家のオーナーが収集した美しいカップでおいしいコーヒーと共に、おしゃべりしませんか！

場 所：ぎやらりー喫茶なよたけ(厚木市中町1-6-1 セントラルハイツ2階)

対 象：どなたでも

日 時：毎月 第4日曜日 11時~16時

参加費：飲み物代(お店のメニューから1つ)

お問い合わせ：厚木地域包括支援センター(046-297-2970)



2022.11.1

編集・発行/厚木市地域包括ケア推進課(市役所第二庁舎1階)  
〒243-8511 厚木市中町3-17-17 ☎ 046-225-2047 FAX 046-221-2205

# 「もしもの時のこと」 考えたことは ありますか？



## 11月は人生会議月間

誰しもが突然に、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。

命の危機が迫った状態になると、約70%の方が医療や介護などを自分で決めたり、人に伝えることができなくなると言われています。

あなたの思いがどこにも残らず、誰にも伝わらなかつたら、家族はどのように治療やケアを進めていいのか困惑してしまいます。

あなたのためにも…そして大切な人のためにも、あなたの思い、望む生き方、それを支える医療や介護について考えてみませんか？

厚木市が目指す「地域包括ケア社会」とは？  
“誰もが住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができる社会”

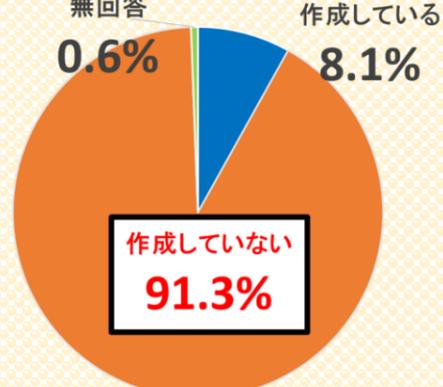
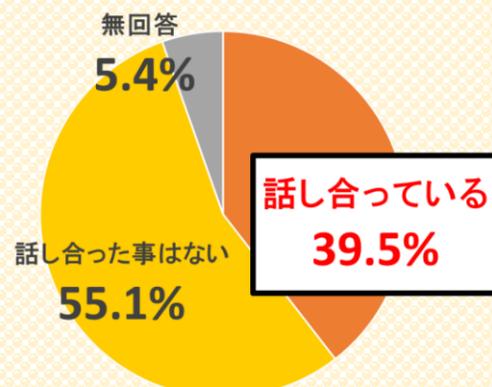
# 人生会議

あなたの大切にしていることやどのような医療やケアを望んでいるのか。自ら考え、また、あなたの信頼する人たちと話し合うことを **人生会議** といいます。将来の医療や介護にあなたの意見が反映されやすくなり、もしもの時、あなたの気持ちを代弁してくれる方にとっても **重要な手助け** になります。

## 人生会議の進め方

人生の最終段階における医療・療養に関する家族等や医療介護関係者と話し合いの状況

意思表示の書面作成状況



出典：平成29年度人生の最終段階における医療に関する意識調査（厚生労働省）

人生の最終段階における医療・療養について、家族等や医療関係者と話している人は全体の**39.5%**となっています。

また、話し合いの内容や、自分が今後どうしたいのかを書面に残していない方は全体の**91.3%**で、ほとんどの方が話し合いで終わってしまっています。

事故や病気で突然に、あるいは認知症で徐々に自分の気持ちを表しにくくなってしまいうこともあります。この機会に **自分の気持ちを話し、書き留めてみませんか？**

次の**3つのステップ**に沿って自分の考えを整理してみましょう。

**STEP① 大切にしたいことは何ですか？**

**STEP② 信頼できる人は誰ですか？**

**STEP③ 伝えましょう**

※全ての人が、人生会議をしなければならないわけでは、決してありません。あくまで、個人の考えで進めるものです。知りたくない、考えたくない方へは十分な配慮が必要です。

## じぶんノート

「人生会議ってどんなことを話せばいいかわからない」と思う方は多いと思います。厚木市では自分の気持ちの整理や家族との話し合いをするに当たり、今後の過ごし方や心づもり、大切にしたいことなど、人生会議で話し合う項目を冊子にまとめた「**じぶんノート**」の作成に取り組んでいます。

現在、より良いものを作成するため、アンケートに御協力いただける方に配布しています。

詳細については地域包括ケア推進課まで御連絡ください。



## 出前講座

皆さんがお住まいの地域に市職員が出向いて講座を開催します。最期まで自分らしく過ごすために、自分たちのできることにについて、一緒に考えてみませんか。

### メニュー

- ・地域づくりの一員に～私たちのできること～
- ・人生100年時代どう生きる！
- ・認知症サポーター養成講座
- ・**人生会議とは？**

出前講座は、市内に在住、在勤、在学されている方、概ね10人以上で構成された団体・グループ等を対象にしています。講座の日時や場所は御相談に応じますので地域包括ケア推進課までお問い合わせください。

無料

## やっぱり家がいい！

厚木花子さん（80歳）と夫の一郎さん（81歳）が主人公の物語。2人の生活を通して、実際の現場で起きている「在宅療養生活」の様々な出来事が描かれています。これまでの暮らしで気になっていること、大切な人に伝えておきたいこと、最期の時をどこで誰とどのように過ごしたいか・・・人の生き方や価値観はそれぞれです。花子さん達家族は、節目、節目で様々な支援者と話し合いを重ねます。

厚木市内のお医者さんをはじめ、医療・介護に関わる専門職の皆さんが話し合いを重ねて物語を作りました。漫画を通じて考えてみませんか。

漫画を読みたい方は、地域包括ケア推進課までお問い合わせください 046-225-2047



企画・製作：厚木市地域包括ケア（研修・啓発・広報）連絡会  
作画：船虫 発行：厚木市（地域包括ケア推進課）