



第2にしぽっぽ新聞

終活

そろそろ考えてみませんか？



学んで安心、備えて安心

「老い支度あんしん講座」開催！

「学んで安心、備えて安心 老い支度あんしん講座」を11月18日、21日に開催します。最近よく耳にする「老い支度」。どんなイメージがありますか？相続のこと？お墓のこと？…。

老い支度とは、人生の後半を安心して過ごすための“暮らしの準備”です。誰かに迷惑をかけるためではなく、「自分らしく生きるための準備」なのです。まずは考えることから始めましょう。老い支度は、何かを決めることよりも「考えること」が大切です。どんな暮らしをしたいか、どんな支えがあると安心か、どんなことを家族に伝えておきたいか等々…。



◆元気な時こそ老い支度

「老い支度」と聞くと、「自分にはまだ早い」「元気だから関係ない」と思う方も多いかもしれません。でも、実は「元気な今」こそが始めどき。「まだ先の話」「自分には関係ない」と思っていたことが、ある日突然「自分ごと」になることもあります。突然の病気や事故、家族との話し合いが必要になったとき、「準備しておけばよかった」と後悔する人も少なくありません。多くの方が「老い支度はもっとと年を取ってから」と思いがちですが、元気な今だからこそできる準備があります。

今回の講座では、「老い支度あんしんチェックリスト」や「わたしの望みノート」のプレゼントもあります。講座をきっかけに、少しでも「自分のこれから」を考えてみませんか？

奮ってのご参加、お待ちしております。



「老い支度あんしんチェックリスト」
柏西口第2地域包括支援センター



所長 南良 奈津子

年を重ねることは、これまでの経験を積み重ねてきた証です。けれども、心身の変化や暮らしの見直しが必要になる時期でもあります。そんな時に、自分らしく、安心してこれからの生きるための準備——それが「老い支度（おいじたく）」です。

今回、地域の皆さんと一緒に「老い支度あんしんチェックリスト」を作成しました。これは、自分の暮らしを振り返りながら、これからの生き方を考えるためのツールです。

ご自身で今後を見つめるきっかけとして、またご家族や支援者と一緒に前向きに話し合うためのツールとして活用していただけたらうれしいです。

老い支度は終わりの準備ではなく、「これからをどう生きるか」を考えること。皆さんの豊かな暮らしにつながる一助となれば幸いです。



来て、聴いて、学んで

もうダメされない!



10月7日にイオンモール柏にて消費者被害予防啓発講座「来て、聴いて、学んでもうダメされない!」を開催しました。

柏警察署、消費生活センター、防災安全課、消費生活コーデイネーターの皆さまにご協力いただき、近年増加している悪質商法や詐欺トラブルなどについてわかりやすくご講話いただきました。

着席数は約30席ほどですが、入れ替わりで座られる方や立ち見でご覧になったりと多くの方が真剣に耳を傾けていらっしゃいました。

また、国際電話の利用を休止する申請書や特殊詐欺撃退録音機の申請書も受け付けたことで、大賑わいでした。

参加者の皆さまからは「今日は来て良かったわ」「帰ったら家族に伝えとかなないとね」といった声も寄せられていました。

現在、警察官を装った電話de詐欺が多発しています。疑わしい電話がきたら、まずは周りの人や公的機関に相談しましょう。



介護保険制度

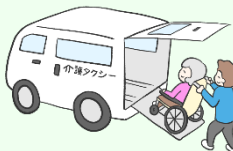


介護タクシーって介護保険で使えるの?



介護タクシーとは寝たきりの方や車いすの方でもストレッチャーや車いすに対応したタクシーのことです。ドライバーが乗降の支援もしてくれるタクシーですが、介護保険で「介護タクシー」というサービスはありません。

介護保険で利用できるのは、要介護1以上の方で、通院時等の目的で「訪問介護」サービスとして提供されます。乗降助等の必要がある場合はケアマネジャーが作成するケアプランに組み込まれている必要があり極めて限定的なので、保険外利用されるケースが多いです。また、運賃やストレッチャーの使用料などは別途費用負担となります。



こんにちは!

認知症地域支援推進員です!

9/21は「認知症の日」

9月21日は「認知症の日」です。全ての人にアルツハイマー病への認識を高める目的でWHO（世界保健機関）と国際アルツハイマー病協会が制定しました。

日本でも2024年1月から「認知症基本法」が施行されており、9月は認知症月間として地域の方々に認知症を理解していただく啓発活動をしました。

当センターではオレンジフレンズさんたちと一緒にイオンモールにお買い物に来るお客様にチラシを配布し、認知症を理解して温かく見守っていただくよう呼びかけました。

また、豊四季中学校では「認知症サポーター養成講座」を実施し、困っている方を見かけたら声を

かけてあげるよう学んでいただきました。認知症は今や高齢者の5人に1人が罹患する病です。認知症になっても住み慣れた街で支障なく暮らせるようになると素晴らしいですね。



読者アンケートにご協力ください!

よりよい紙面作成のためアンケートにご協力ください。

右のQRコードをスマホで読み取りご回答いただくと嬉しいです。

