

けあぶら通信

2023年7月号(累計110号)
発行 一丸となった支援
～オールケアプラザ～
東山田地域ケアプラザ
住所 224-0024 東山田町270
電話 045-592-5975
FAX 045-592-5913
発行責任者 所長 堂前裕子

ご存じですか?

「エンディングノート」

最近ではテレビやCMで耳にする機会も増え、ご存じの方もいらっしゃるかもしれません。趣味や好きなもの、これまでの人生のエピソードや葬儀のことなどを書き込めるようになっていきます。

エンディングノートに法的拘束力はありませんが、これまでの人生を振り返り、これからのライフプランを考える上で、気持ちを整理するのにとても役に立ちます。

エンディングノートは書くだけでなく、書いたことをぜひ大切な人に伝えてください。将来について話すきっかけに。自身と大切な人を繋ぐ『みちしるべ』の役割になってくれます。

都筑区版エンディングノート～わたしのみちしるべ～には、成年後見制度や「もしも手帳」についてのコラムも掲載しています。この機会にぜひ、手に取ってみませんか？

いざ書こう!と意気込んでも、なかなか筆がすすまない、なんてこともあるかもしれません。全部を埋める必要はありませんし、一気に書く必要もありません。

書けるところから、書いてみてください。

気持ちは変わっていくものなので、書いた頃と気持ちが変わったら、また書き直せば良いのです。これからは生きていくために、エンディングノートをぜひご活用ください。



「都筑区版エンディングノート～わたしのみちしるべ～」は都筑区役所や都筑区社会福祉協議会、区内ケアプラザにて配布しています。お渡しの際には記入上の注意事項をご説明させていただいておりますので、お時間があるときにぜひお越しください。

使い方のポイント



- ①書けるところから書きましょう
- ②自由に書き直しましょう
- ③ノートを作成したことを大切な人に伝えましょう



「けあぶら通信」のバックナンバー、講座のご案内等はホームページをご覧ください。

東山田ケアプラザの事業紹介



東山田地域ケアプラザでは障害のある方や困りごとをお持ちの方もそうでない方も、みんな一緒につながりを大切にしながら、幅広く様々な活動を楽しんでいます。どんなことをしているかご覧になりませんか？ご興味をお持ちのかたはぜひお問い合わせください。

また、運営のお手伝いをして下さる方、**大募集**です！



アフリカンダンス

しせうジ
まで太
す体鼓
をにベ
動合と
かわい



おさんぽカフェ

お茶を飲みながら、季節のおしゃべりもあつちます。



ステキアート

さまざま素材を使って楽しくアート（小学生）



プログラミング

おしゃべりなカフェでゲームを作成します（小中学生）

新入職員のご紹介

この度、4月半ばに着任いたしました、西山 優子と申します。福岡出身で、大学時に社会福祉のことについて学んでまいりました。そして、就職のため神奈川に来て今年で14年目になりました。前職は介護施設での介護業務やクリニックでの受付業務をしておりました。子育て中ではありますが、大学時に学んだ相談業務をやりたいという気持ちが湧いてきて、この度ご縁があり、地域包括支援センターで働かせていただくことになりました。まだまだ、勉強中ではありますが、相談業務の窓口として、丁寧に対応させていただくことで、地域に貢献できればと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

