

まるけあ長田

死生観

どんなふうに死にたいか

どんなふうに生きたいか

みなさんは、自らの『死』について考えたことがありますか？身近な人が亡くなったり、自分や家族が病気を体験することをきっかけに、死を身近に感じたり自らの死について考える方が多いようです。最近は日本でも”終活”という言葉がポピュラーになり、自らの死を意識する人や、死に備える人が増えています。漠然とでも死を考えることは、元気なうちにやっておきたいことを改めて考えたり、自分らしい生き方について考える良い機会になります。

10月からの『おさだっぷ』では、今年度静岡市が発行した“エンディングノート”を使ったシリーズが始まりました。より豊かな人生設計について、一緒に考えましょう！

長田行進曲

第四話

イラスト 餅月 崇



osada power up!!
おさだっぷ

毎月1回、その道のプロが正しい情報と知識をお伝えする大人気講座。
まだ参加したことがないのなら

もったいない！！

11月のテーマは『医療』。
訪問看護師の栗冠弘美さんと、人生の最終段階におけるケアの選択について考えます。
静岡市のエンディングノートを使いながら進めていきますよ。

次回は11/21（木）
お申し込みはお早めに！

詳しくは裏面をみてね♪

LOOK!

—企業や事業所の人事・総務課担当の皆様—
募集を始めます！

近年、働き盛り世代の介護離職が、職場における人材確保の課題になっています。
まるけあ長田は、貴社の従業員のみなさんが将来直面するかもしれないご家族の介護に適切に備えるための無料講座、『出張おさだっぷ』を始めます。

内容や時間など柔軟に対応します。
まずは、気軽にお電話ください！

静岡市駿河区長田地域包括支援センター「まるけあ長田」

☎ 054-268-5080

📍 駿河区みずほ2丁目12-7



@OSADA.HOUKATU



おさだWELL-BEING教室

おさだPOWER☆
おさだっぷ

おさだっぷ

おさだWELL-BEING教室 "おさだっぷ" は

人生に起こり得る《様々な変化》を自分らしく乗り切るチカラをつけるため
『頼れるその道のプロ』をお招きして学ぶ、座談会形式の気軽に楽しい教室です♪

日程	テーマ&講師	申し込み 開始日
8/22 (木) 大盛り上がり	高齢ドライバー安全運転教室 『フレイル予防と安全運転を一緒に考える』 健康寿命と運転人生を延ばすコツも教えるプロ NPO法人びくにっす 理事長 前島 るみ子 さん	受付中！ 満員御礼
9/19 (木) 大盛り上がり	『話しちゃいます！私の介護の失敗談& 被災地支援で役立つ！介護食の作り方』 被災地支援で役立つ！介護食の作り方 管理栄養士、防災士 向坂 智子 さん 在宅介護から看取りまで経験者	受付中！ 満員御礼
10/24 (木) 大盛り上がり	『自分史づくりと生きがい探し』 ～認知症にならないうためのコツ、教えます～ 長田地域包括支援センター 看護師 石橋 明日香	受付中！ 満員御礼
11/21 (木)	『人生の終着駅 どこでどんなふうを迎えたいですか？』 ～人生の最終段階の医療やケアについて考えましょう～ 静岡市社会福祉協議会 さっか 訪問看護ステーションしずおか 管理者 栗冠 弘美 さん	受付中！
12/19 (木)	『死の授業』 ～どんな風に死にたいか・どんな風に生きたいか～ 拈華山（ねんげさん）龍津寺（りょうしんじ）住職 勝野 秀敏 さん	11/20 9:30～
1/23 (木)	『お金の授業』 ～子どもに迷惑をかけないために 相続・遺言編～ ファイナンシャルプランナー 天野 FP さん	12/20 9:30～
2/20 (木)	『もしもの時、ペットのことはどうしましょう？』 ～飼い主もペットも、最期に不幸にならないために～ 静岡NPO法人 その小さないのち守りたいプロジェクト 代表 佐野 友美さん	1/20 9:30～

～各回共通事項～

静岡市エンディングノートを使います。
お持ちでない方には当日お渡しします♪

先着順！
定員20名

会場：長田生涯学習センター（駿河区寺田131-1）

時間：10：00～12：00〔受付 9：30～〕

1回だけ参加でも大歓迎！ 全部参加はもっと大歓迎！

参加費
無料

申し込み・お問い合わせ

長田地域包括支援センター

☎ 054-268-5080

主催：駿河区長田地域包括支援センター 共催：静岡市長田生涯学習センター