

在宅医療・介護連携推進事業：住民啓発（事例）

福部町左近地区健康教室（鳥取市）

テーマ：これから始める！人生に大切な“もう一つのこと”

日時：平成31年3月5日（火）10：30～11：00

場所：左近公民館

参加者： 11名



【内 容】

- ◆ 地域での健康教室の中でACP（アドバンス・ケア・プランニング）のお話しをしました。

人生に大切なことは人それぞれですが、まずは健康ということで、健康寿命、平均余命、健康のために何に気をつけるかをお話しした後、DVD「我が家に帰りたい（第二幕）」、ACPパンフレット、終活支援ノート「わたしの心づもり」の説明を交えながら、元気なうちから考えたり話し合ったりしようというお話しをしました。

（講師の感想）

元気なときだからこそ、もしもの時のことを考えましょう、話し合っておきましょうと、またなかなか結論が出なくても話し合っておけば続きから始めることが出来ますともお伝えしました。

実際に話し合っておらず困った知り合いがいたので、考えておいて欲しいとお子さんから話しがあったという参加者がおられ、いいきっかけになったという感想をいただきました。

ちょっとしたきっかけ作りに役立ったかなと感じました、企画いただいた福部支所保健師さん、健康づくり地区推進員さんありがとうございました。

（講師：東部医師会在宅医療介護連携推進室・橋本渉）