



介護観の転換と自助意識の醸成 終活講座への出張

終活とは、人生の終わりのための活動です。
終活支援を行う団体の依頼により「終活を祝活にする（100年人生を元気に知的に生きる）」という趣旨にそって、いつまでも・自分らしく暮らすための出張講座を行いました。

● 概要

日時 令和4年7月9日 10:00～11:00
令和5年1月14日 10:00～11:00
場所 宮崎公民館
参加者 終活講座受講者
共催 千葉終活支援ネット（行政書士）
宮崎公民館

● 目的

- ・介護予防の啓発
- ・生活支援サービスの周知
- ・千葉市生活支援コーディネーターの周知

● 役割・担当

- ・講座講師

● 内容 講座：「いつまでも・自分らしく♪」地域でいきいきと安心して暮らすヒント

人生の最終ステージは、現在の延長線上にあります。そこで、生活支援コーディネーターが重視している**いつまでも・自分らしく♪**という視点から、地域で**いきいき**と暮らすヒントと、地域で**安心して**暮らすヒントを身近な日常生活に落とし込み、具体的にお伝えしました。



● 結果・効果

自分らしい暮らしのための考え方や活動、選択肢等を学んでいただきました。



アンケート調査から、
いきいきと暮らす方々の
声をご紹介します★

● 生活支援コーディネーターより

終活という言葉に対して、暗いイメージを持つ方もいらっしゃるかもしれません。しかし、終活によって**安心感**を得たり、自分自身の価値観や日常生活を見つめ直すきっかけになります。**主体的に暮らす意識**が醸成されるとともに、それがひとつでも行動につながれば嬉しいです。

発行・連絡先 千葉市生活支援コーディネーター中央区 坂本（さかもと）
所在地 〒260-0031 千葉市中央区新千葉3-10-20
社会福祉法人焔徳会 特別養護老人ホーム新千葉一倫荘内
電話 070-3105-8246（平日9:00～17:00）
FAX 043-243-0860
E-mail sc-chuoku@koutokukai.sakura.ne.jp
担当地区 中央区全域

