



一人ひとりが輝くまちをめざして③

## 人生をよりよく生きていくために 「終活」を知っていますか？

多くの人が人生の最期まで、住み慣れた地域で尊厳をもって自分らしく暮らしたいと願っているのではないのでしょうか。

しかし、思いがけない病気やけがで支援や介護が必要になったり、認知症などで意思表示ができなくなったりすることで、自分が望んでいない生活を余儀なくされる場合もあります。そのようなときに備えて、自分が元気になるうちに、将来必要となる医療や介護、財産管理などについての希望をまとめ、配偶者や子、孫などの家族や友人としっかりと話し合い、準備しておくことを「終活」といいます。

「判断能力がなくなり、意思表示ができなくなったり、自宅と施設のどちらを生活の場として希望するのか」「病気で終末期を迎えたとき、どんな治療を望むのか」「財産管理を誰に委ねるのか」など、自分の希望をはっきりさせ、大切な人たちと意思を共有

しておくことは、それぞれの判断が必要となったときに自分自身の権利を守り、最期まで自分が望む生活を送り続けられることにつながります。

市では成年後見制度や医療・介護連携、認知症など、終活の参考になるテーマで講演会を開催しています。また、市立図書館には終活に関する本を配置しています。これらうまく活用し、皆さんも終活について考えてみませんか。

(人権啓発広報編集委員会)

岡高年齢者福祉課 ☎0848・67・6055



### 人権標語

(中学2年生の作品)

育てよう 人を考える その心

## 児童館へおいでよ！ 申し込み先 児童館 ☎☎兼用0848・67・1123

### 高校生と一緒に！不思議な科学実験

時 19日(月)10時30分～12時  
所 市民福祉会館4階  
内 静電気のおもしろ実験  
対 小学生 定20人(要申し込み)  
料 200円  
用 プラスチック製の下敷き

### 親子でつくろう

時 ①22日(木)②23日(金)  
10時30分～11時30分  
内 縁日遊び  
対 保護者と  
①0～1歳児②2～5歳児  
定 各20組(要申し込み) 料 各50円

### 教えて助産師さん

時 9月4日(水)  
10時30分～11時30分  
内 ストレス解消法の実践  
対 保護者と0～5歳児  
定 15組(要申し込み)

### わいわいひろば

時 21日(水)  
10時30分～11時30分  
内 プールでの水遊び  
対 保護者と6カ月～5歳児  
定 15組(要申し込み)  
用 タオル、帽子、水着・水遊び用オムツ

### つくってみよう

時 ①28日(水)②29日(木)  
13時30分～15時  
内 ペットボトルを使ったビーズアークセサリー作り  
対 小学1年生～17歳の子  
定 各10人(申し込み不要)

### ママチャレンジ

時 9月6日(金)  
10時30分～11時30分  
所 市民福祉会館2階  
内 家庭での片付けについてのワークショップ  
対 18歳未満の子の母親  
※託児あり。  
定 20人(要申し込み) 用 筆記用具

※申し込みは5日(月)からです。  
※開館時間は10時～18時です。火曜日は休館日です。