

暖かさを通り越して暑さを感じるような5月です。

山は様々な緑色でパッチワークのように彩られ一回り大きくなりました。家々の庭や軒先には色とりどりの花で一杯です。田畑でも田植えや野菜作りが始まりました。

新型コロナの5類移行後一年を迎えた今年は、多くの催し事もあり人の移動も活発になりました。とはいえ、病院や施設では条件付きの面会など制限は続いています。個人の心がけとして、体調管理に加え手洗いうがいを基本に、場面によってはマスクの使用も考慮しましょう。

### 研修会参加

#### 「人生会議をはじめよう～もしもの時に備えて～」

講師：緩和ケア認定看護師  
津枝忍さん

始めに R5 年度江津市保健福祉総合計画策定のためのアンケート調査報告書の説明があり、その中で

●「身の回りのことが自分で出来なくなった時にどのようにして暮らしたいか…」では、「**自宅で暮らしたいが 46.6%**」で一番多く、理由は「住み慣れた自宅が良いからが 77.4%」だった

また、「自宅以外で暮らしたい」の理由は「家族など身内に迷惑をかけたくない」「適切なサービス・ケアが受けられる」だった

●「将来、治らない病気になったり、寿命が近づいたとき、人生の最期をどこで迎えたいか」では、「**自宅が 36.7%**」「病院などの医療施設が 24.8%」の結果だった

●江津市では、ほとんどの方が病院で死亡しているという現状だ

※江津市では、「私の未来ノート」「“生き”“いき”手帳」があり多くの方が持っている

その中には「もしもの…」「人生会議」について説明があり記載も出来るが、実際に気にとめている方はどれくらいいるだろうか

実際、病院において、本人の意思表示であったり、家族が代弁する場合での人生会議についての言及は極めて少ないとのことであった

### もしバナゲーム

サロンで、もしバナゲームをした  
自分が余命 1 年という想定

そんな自分が大事だと思うカードを 5 枚集め、なぜ自分がそのカードを選んだかを説明する

皆さん初めての体験であった  
病状や家庭、職場等での立場は様々な中で、なぜこれらのカードを選んだか「自分の想い」を見事に言葉にして下さった

### 開催日変更！

5月は 第4土曜日開催

### 《 サロン開催予定 》

毎月第3土曜日 9:30~11:30

5月25日(第4土曜日)、

6月15日、7月20日、8月17日

9月21日、10月19日、11月16日

12月21日、1月18日、2月15日

3月22日

場 所：保健センター1階

予約不要：途中参加・退室自由

お茶代：100円

お問い合わせ先：

090-8068-7920(松浦)

