

- ・認知症や脳梗塞になった
- ・急に持病が悪化し入院になった
- ・がんの宣告を受け、余命半年
- ・交通事故で重体に… などなど

こんな時自分はどうしたい？



何となくで、日々過ごしているけど…
もし自分の身に何かあったら？
自分の希望を言うことができる？

事前申し込み 不要！

参加費 無料！

人生会議 講座

日時:11月26日(水) 13:30~15:00

場所:堀金老人福祉センター憩いの里うらら(社協堀金支所)

問い合わせ先:安曇野市社協北部地域包括支援センター TEL:81-0760

誰でも、いつでも、いのちに関わる病気やケガなどで、自分のことなのに自分で決められなくなることがあります。

もしもの時に備えて、自分の希望や思いを家族や大切な人と話し合っておくことを「人生会議」といいます。

自分の大切な人とどんなことを話し合えばよいのか、そしてどんな効果があるのか?「人生会議講座」で楽しく学んでみましょう。

「人生会議」とは…

自分が大事にしていることや望んでいること、どこで、どのような医療・ケアを受けたいかを、自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと共有しておくことを、「人生会議」(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)といいます。

なるべく最期まで
家にいたい…

孫の成長を
見届けたい…

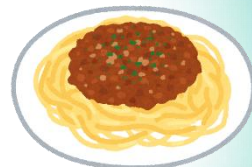


旅行に行っておきたい…

第28回 おむすび会

12月13日(土) 10:30~

- 場 所 : 堀金老人福祉センター 憩いの里うらら (安曇野市社協堀金支所)
- 参加対象 : 安曇野市民 ※定員 100 名 先着順
- 参加費 : 無料
- メニュー : パスタ、から揚げ、コンソメスープ
- 予約・お問合せ : 安曇野市社協堀金支所 地域福祉係 (平日 8:30~17:30)
(TEL:73-5288 FAX:73-5775 Mail:chiiki-horigane@azuminoshakyo.or.jp)

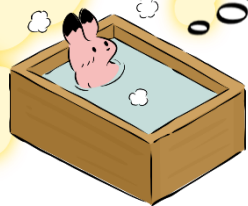


11/25(火) から受付開始します。

参加したい方は電話(※土日祝休み)、FAX、もしくはメールで
「参加者の名前」「電話番号」「お住まいの地域」を窓口にお伝えください。



冬至と言えば…



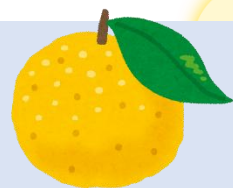
ゆず湯

であったまろう!

堀金老人福祉センター「憩いの里うらら」では、利用者の方により楽しんでもらえるように、季節風呂を不定期に企画しています。

今年もふんわりいい香りの「ゆず風呂」を実施します!ご利用されたことのない方もぜひお越しください。

- 実施日 : 12月23日(火)・24日(水)
- 入浴時間 : 午前10時30分~午後3時
- 場 所 : 堀金老人福祉センター憩いの里うらら (社協堀金支所)
- 浴室を利用できる方
: 市内在住の60歳以上の方・障害者手帳所持者、その介護者
※はじめてご利用される方は利用登録が必要です。窓口にお声がけください。



○入浴事業は毎週火曜日・水曜日・金曜日に無料で行っています。(祝日・年末年始除く)