

医療と介護の

# おきがる講座



超高齢社会の中、住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、「自分たちでできることは？」「準備することは？」「自分らしい生き方って何？」など、後悔しない生き方・人生の終(しまい)方も含め、これからのことを一緒に考えてみませんか。

医師や市の保健師・生活支援コーディネーターが、地域の集まり(地域のサロン・老人クラブ等)におじゃまし、下記の内容で安心な生活につながるヒントをお話します。

◆対 象 地域の団体やグループ(当日の参加がおおむね 10 人以上)

◆会 場 申込まれた団体・グループが活動する会場

◆時 期 原則として平日(月～金)の午後(おおむね1時間 40 分)

◆内 容 ① 医師講話「人生100年時代をどう生き抜くか  
～医療・介護現場からの警鐘～」  
② 「わたしの生き方ノート」(奥州市版エンディングノート)紹介  
生活支援コーディネーター(地域支え合い推進員)の紹介

◆費 用 無料

## 【申込み方法】

開催希望日のおおむね 3 か月前までに、下記「相談・申込み窓口」までお電話等でご相談ください！



先の人生を考えさせられました。  
明日は我が身！  
すぐ取り組みたいと思います！

このような話しは初めて  
聞きました。  
改めて健康に過ごしたいと思  
いました！  
若い人たち(20～40歳代)にも  
聞いてほしいです！

## 「相談・申込み窓口」

奥州市在宅医療介護連携拠点

(奥州市地域包括支援センター内)

電 話：34-2906 (直通)

FAX：51-2373



受講者の感想 (アンケートより)

奥州市地域包括支援センター 行き

FAX番号：0197-51-2373

奥州市医療介護連携出前講座 「医療と介護のおきがる講座」申込書	
申込者	団体名： 地区名： ご担当者名： 電話番号： _____ _____
希望日時	第一希望日 令和 年 月 日 ( ) 時間 時 ~ 時
	第二希望日 令和 年 月 日 ( ) 時間 時 ~ 時
	原則として平日（月～金）の午後の時間でおおむね1時間40分間です。医師との日程調整が必要になるため出来る限り第二希望日まで記入願います。
会場	
参加人数	人
特記事項	