

11月30日は 人生会議の日

高齢福祉課
在宅ケア相談窓口
☎(38)3319

11月30日は「いい看取り・看取られの日(人生会議の日)」。人生会議とは、もしもの時のために、あなたが望む医療やケアについて家族や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組み「ACP(アドバンス・ケア・プランニング)」のことです。

人生の最期、あなたの望む場所はどこですか？

人生の最期は「家族と過ごしたい」「趣味を楽しみたい」「専門のケアを受けたい」など望むことは人それぞれ。一方、終末期において約70%の方が十分に意思決定できなくなるといわれています。その場合にも、あなたの価値観や気持ちをよく理解し、信頼できる人が助けとなります。自分らしい暮らしを選択するためにACPに取り組んでみませんか。

ACPを知る・取り組んでみる／

- 茅ヶ崎版エンディングノート「わたしの覚え書き～希望のわだち～」市内公共施設で配架。書き方をYouTubeで公開中
- ACPリーフレット「自分らしい暮らしを選択する」医師会・歯科医師会・薬剤師会、病院、地域包括支援センターなどで配布



ACPを一緒に学ぼう

「ACPをもっと知りたい」「何から始めたらいいの？」という人に、講師と一緒に学べる研修会を開催します。

①午前の部

もしもの時のこと伝えてありますか？
～もしバナゲームで考えよう、自分が本当に望んでいること～

あなたと大切な誰かが「もしものための話し合い」をするきっかけを作るための「もしバナゲーム」を行います。カードゲームを通じて、人生において大切な価値観や自分自身のあり方について、さまざまな気づきを得ることができます。



②午後の部

知っておきたい！在宅医療介護とお金のこと
～自分らしい暮らしを選択するために～

在宅医療をしている医師、訪問看護師他から実例を交えたお話を聞きます。今後自分らしい生活を続けるため、元気なうちから準備しておいた方がよいことや、普段はなかなか聞けない在宅医療介護のお金についても触れます。



日時 12/7(土)①10時～12時②14時～16時 **場所** 市役所本庁舎会議室1～5
講師 ①小谷洋子さん(特別養護老人ホームけいあいの郷山王台 医務課長、もしバナマイスター、看護師)②内山直樹さん(サークルクリニック茅ヶ崎 医師)他
対象 市内・寒川町に在住・在勤・在学の方①80人②100人(いずれも先着)
申込 11/1(金)～12/2(月) 研修会▶

糖尿病予防の講演会 運動・食事で健康に

保健所健康増進課☎(38)3331

11月は糖尿病予防月間。糖尿病は自覚症状なく進行し、視力や腎機能の低下、動脈硬化につながる可能性があります。医師、歯科医師、コメディカルスタッフから食事療法・運動療法などを通じた予防の手段を学びましょう。

日時 11/24(日)10時30分～12時 **場所** 市役所本庁舎会議室1・2
定員 50人(先着) **申込** 11/1(金)～22(金)
ほか 講演会参加者に血糖測定・個別相談会を10時～10時30分、12時～12時30分を実施 申し込み



ヤングケアラーかな？と感じたら

こども育成相談課☎(81)7170

ヤングケアラーとは、家族にケアを要する人がいる場合に大人が担うようなケアを引き受け、家事や家族の世話を過度に担う子ども・若者のことです。家族だけの問題と捉えず、支援していけるよう本人はもちろん、周囲で気になる子どもがいたら相談窓口へ連絡してください。

相談窓口 児童相談所全国共通ダイヤル…… ☎189(いちはやく)
かながわケアラー電話相談…… ☎045(212)0581
電話相談は水・金曜日10時～20時、日曜日10時～16時
※ 祝日、休日 12/29(日)～2025年1/3(金)を除く

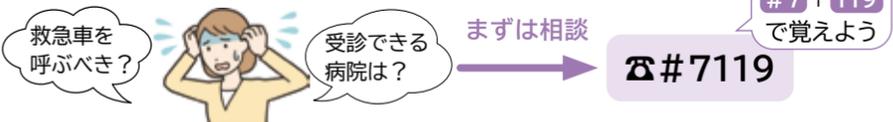


救急車を呼ぶか悩んだら#7119

保健所地域保健課

医療機関
情報▶

かながわ救急相談センターが11/1(金)に開設されます。急な病気やけがで救急車を要請した方がよいか相談したい時や、夜間・休日に受診可能な医療機関を知りたい時に24時間365日利用できます。



※ 本事業の開始に伴い、現在提供中の救急情報案内☎(85)0119は終了します



かかりつけ医を持とう 選び方&探し方

保健所地域保健課☎(38)3314

日頃から健康上の相談ができるかかりつけ医がいると、病気の予防、早期発見・治療につながります。また、症状に応じた専門家の紹介もスムーズです。身近で頼りになるかかりつけ医を持ちましょう。

- 選ぶポイント 相談しやすい、信頼できる どの診療科目でも、複数人いてもよい
- 探し方 健康診断や予防接種、家族の受診をきっかけに 厚生労働省検索サイト「医療情報ネット(ナビイ)」を活用



広告掲載のお申し込み・お問い合わせは広報シティプロモーション課☎(81)7123へ

サン・ライフ

茅ヶ崎市での 家族葬

市内3つ目となる
サン・ライフの
葬祭ホールが
この秋オープンいたしました

駅南口から徒歩4分
24時間面会可能
個室のご安置室完備
貸切型の葬祭ホール
2024年9月
Open

施設内紹介動画

茅ヶ崎南口ファミリーホール

茅ヶ崎市幸町16-10

24時間 わからないこと
すぐに聞ける

そのほか 市内のサン・ライフ直営ホール

コールセンター よい さい じょう
☎0120-41-3140

ファミリーホール茅ヶ崎 ファミリーホール湘南海岸

鰻の成瀬

茅ヶ崎店 0467(83)3133

松 2600円(税込)

竹 2200円(税込)

梅 1600円(税込)

鹿児島産
日本うなぎ
始めました!

テイクアウトも出来ます!

B型肝炎給付金

下記2つともあてはまる方は、国から給付金を受け取れる可能性があります。資料がなくてもご相談いただけます。お気軽にお電話ください。

- ☑ B型肝炎ウイルスに感染している
- ☑ 昭和16年7月2日～昭和63年1月27日生まれ

無料電話相談 TEL 0120-918-862

(平日9:00～17:30) 神奈川県弁護士会所属 弁護士法人マイタウン法律事務所
マイタウン法律事務所茅ヶ崎事務所 / 神奈川県茅ヶ崎市元町4-1 山口ビル2F

死亡・肝がん・肝硬変(重度)	3600万円
肝硬変(軽度)	2500万円
慢性B型肝炎	1250万円

※その他症状に応じて支給されます