

「老い支度講座」

—自己点検ノートを使って老いの準備運動をはじめよう!—

『(財)日本社会福祉弘済会助成事業』

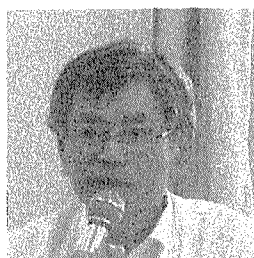
＜老い支度講座とは＞

人生90年が当たり前の時代になりました。しかし、90歳を超えて生活する自分の姿をどのようにイメージできるでしょうか？そのモデルとなる人は誰でしょうか。団塊の世代の多くの方は、身近でそのようなモデルになる人に接したこともなく、そして、まだ30年近く先のことで他人事だと思っていることでしょう。

生老病死は生ける者万物の法則です。老いは必ず通る道ですから、人生90年を前提にして、認知症になる確率を知り、もしも自分が認知症になったときのための備えに今のうちから着手しませんか。

長い老後をどう過ごすか……、「自己点検ノート」に記入する過程の中で自分自身の課題が見えてきます。備えあれば憂いなしとも言われております。このノートがそのきっかけになれるはずです。

＜講師プロフィール＞ 石黒秀喜氏 (財)長寿社会開発センター常務理事)



団塊世代の末期に北海道に生まれる。厚生労働省40年間勤務の中で介護保険制度創設に関わる。2008年7月から現職。

「認知症の人と家族の会」の会員。尊厳死協会会員。認知症キャラバンメイト。認知症の義母が10数年の在宅老々介護を経て今は胃瘦・インスリン注射状態で入院中。認知症に関心を持たせてくれた私にとっての生きた教科書である。お金のかからない老後の過ごし方を身につけるため、日曜日の午前中は、近くの特養で単純業務を手伝いながら暇つぶしの練習をしている。老後の時間の使い方、住まい方、どのような人生の閉じ方をするのか、「上手に老いるための自己点検ノート」を作って、“自己防衛のすすめ”を提唱している。

◇日時：2009年11月1日(日)13:30～15:30 (13:00～受付)

◇会場：仙台市シルバーセンター(仙台市青葉区)6階 第2研修室

◇定員：100人(申込み先着順)

◇講師：石黒秀喜氏(財団法人長寿社会開発センター常務理事)

◇資料代：600円

◇対象：一般市民

◇主催：「健康生きがいづくりネットワークみやぎ」「(社福)東北福祉会」

◇申込：下記の申込書に記入のうえ、FAXにてお申込みください。

【プログラム】

13:00～13:25 受付

13:25～13:30 開会

13:30～15:30 老い支度講座

【お問い合わせ先】 「健康生きがいづくりネットワークみやぎ」

紺野 携帯Tel 090-1494-5336

◇老い支度講座申込書

FAX: 022(743)1780

氏名		電話	() —
住所		FAX	