

人生会議をしましょう！

ACP
人生会議

望む医療や介護・日々の生活について前もって考え、家族や信頼できる人やかかりつけ医・ケアマネ等と繰り返し話し合い、思いを共有する取り組みを「人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)」と呼びます。

人生の最終段階にむけて、どんなことを考えますか。

- 生活の中で一番大切なことは？
- これからやりたいことは？
- 次の世代に伝えたいこと。大切な人に伝えたいこと。
- 病気やケガで、身の回りのことを一人ですることが難しくなった場合、どこで療養したいですか。
- 死が間近になった時、どうありたいですか。どんな治療を希望しますか。 など

「在宅医療と
人生会議のすすめ」
定期講座・出前講座
を開催しています。

【問い合わせ先】

地域ケア総合推進センター 電話:086-242-3135

Eメール:

iseimoushikomi@city.okayama.lg.jp

岡山市在宅医療出前講座



地域ケア総合推進センターとは？ 住み慣れた自宅で、医療や介護が必要になっても療養生活を送ることができるように支援するために、在宅医療・介護の総合相談・情報提供窓口を設置したり、普及啓発を行っているセンターです。

災害に備えましょう

平成30年西日本豪雨災害は皆さんの記憶に残っていることと思います。「晴れの国」である岡山にも災害の危険があることを再認識させられました。近年の豪雨災害はいつどこで起こってもおかしくない状況です。

岡山市では、高齢者や障害者など、自分で避難することが困難な方に対し避難支援のための計画「個別避難計画」作成に向け、行政・福祉・医療・地域組織等で取り組み始めています。

計画作成を通じて、平時から支え合い、いざとなった時に助け合える地域を目指します。



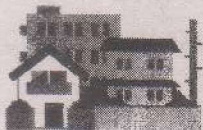
災害の情報が入らなかったらどうすればよいか、一人では判断が難しいものです。日頃から意識しておきましょう。

- ①ハザードマップの入手・確認
- ②緊急連絡先の確認
- ③避難場所の確認
- ④防災意識を高める

ハザードマップは岡山市のホームページや各区役所、公民館などで入手可能です。

岡山市危機管理室

電話086-803-1082



大切なのは… とより近所の助け合い