

# 城山北・城南

2024年12月発行

## 地域包括支援センターだより

「広島市城山北・城南地域包括支援センター」は、地域で暮らす高齢者の方を  
介護・福祉・保健・医療などさまざまな面から総合的に支える地域の相談窓口です。



「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」してみませんか！

Q1：「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」って何ですか？

A：「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」とは、「もしものとき」のために、自分が望む医療やケアについて前もって考え、その希望や思いについて、家族や医療・介護の専門職など信頼できる人と繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。



Q2：「人生会議」は、なぜ必要なのですか？



A：いのちの危険が迫った状態になると、70%近くの人が、これからの医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりする事ができなくなると言われています。だからこそ、元気なうちから、「もしものとき」のことを考えておくことが大切になってきます！

Q3：「人生会議」が必要なのは分かりました。  
でも一体どういうふうに進めたらいいのでしょうか？



A：特別に決まったやり方があるわけではありません。

でもそう言われると困りますよね。広島県地域保健対策協議会が制作した「豊かな人生とともに～私の心づもり～」のパンフレットが「人生会議」の進め方のヒントになると思います。

ご希望の方は、お近くの地域包括支援センターにお問い合わせください。



城山北・城南地域包括支援センターでは、「人生会議」の啓発活動を地域のサロンなど出前講座を行わせて頂いております。

この活動にご興味がお有りでしたら、[082-831-1157](tel:082-831-1157)までお気軽にお問い合わせください。



## 「トイレ貸して」「両替して」戸別訪問に注意！

### 怪しいかも？と感じたら、110番通報を！

広島市内で「トイレを貸して」「両替して」「あいさつ回り」などと言って民家を訪問する不審者情報が寄せられています。

住宅をねらった強盗や泥棒が、あなたの家を下見しているのかもしれません。次の標的は、あなたの家かも？！

＜被害にあわないために＞

- 来訪者の対応は、すぐにドアを開けないで！まずはインターフォンやドアスコープで相手を確認！
- 知らない相手を家に入れない！
- 知らない相手に家族構成や個人情報を変えない！
- 在宅中も玄関や窓を施錠！チェーンロックも忘れずに！



毎年開催！

## 城山北中学校で認知症サポーター養成講座を開催しました

認知症の人が安心して暮らせる地域づくりの一環として、認知症サポーター養成講座を行っています。城山北中学校の二年生と保護者・教職員を対象に開催し、約140名に受講いただきました。あいは株式会社 柏明宏氏、居宅介護支援事業所川内の里 横山武史氏を講師にむかえ、認知症の基礎知識を学び、寸劇の動画を見て認知症の人への接し方を考えました。また高齢者体験キットをつけ、手足の動かしにくさ、耳の聞こえにくさなど高齢者の身体の変化を体験しました。

講座の様子



＜生徒の感想＞

「高齢者の人に寄り添うように関わっていきたい」

「困っている高齢者を見かけたら、勇気を出して話しかけてみたい」

「自分がしてもらって気持ちのよい行動と言動を、今から認知症の人たちにしていきたい」

高齢者体験の様子



☆「認知症サポーター養成講座」を受けてみませんか？

認知症サポーターは、認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かい目で見守る「応援者」です。

学校、町内会、老人クラブ、スーパーマーケット、銀行、郵便局、公共交通機関など5人以上の集まりで受講できます。

子どもから大人まで、幅広い年代の方に聞いていただけます。

費用はかかりません。お気軽にお問合せ下さい。



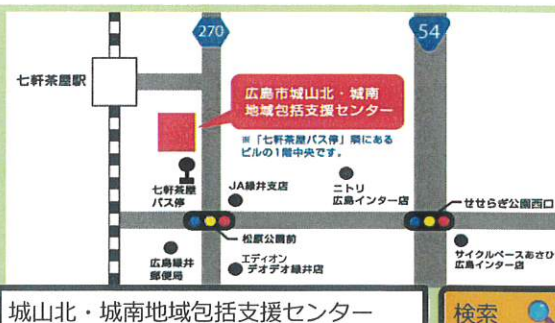
ご相談・お問い合わせは

### 広島市城山北・城南地域包括支援センター

〒731-0103 安佐南区緑井六丁目37番5-102号  
(七軒茶屋下り線 バス停横)

☎ 082-831-1157



営業時間 8時30分～17時30分 (土日祝日を除く)



城山北・城南地域包括支援センター

検索

# いきいき活動講座

日時 (R7年)	内容・講師
1月29日(水) 14時30分～ 15時30分	 <p>「認知症の予防は からだところこの健康から」 講師：安佐病院 箱守英雄 医師</p>
2月13日(木) 14時～ 15時15分	<p>「認知症サポーター養成講座」 講師：グループホーム 山ぼうし 川添 邦治氏</p> <p>※認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守り支援する“認知症サポーター”を養成する講座です。</p> <div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 10px;"> <p>受講者全員に 差し上げます</p> </div> </div>

会場：佐東公民館 2階ホール

定員：50名 先着順・要予約

※駐車場には限りがあります。できるだけ公共交通機関でお越しください。

<申し込み・問い合わせ先>

主催：広島市城山北・城南地域包括支援センター

TEL：082-831-1157 (月～金 8:30～17:30)

いきいき活動ポイント  
1ポイント対象です！

