

出前講座のご案内

お
老

い

じ
支

たく
度



～人生の最後まで自分らしく過ごすために～

人生100年時代・・・

急な病気になった時、認知症になった時、あなたはどのような支援を受けたいですか？
周りの方にどのように接してもらえると嬉しいでしょうか？

いつかくるその時、周りの人に上手に接してもらえるように、自分が希望する介護や医療を受けられるように、元気な今だからこそ、古い支度の準備をはじめませんか？

舞鶴市では、自分史や介護・医療についての希望を事前に記入しておくことのできる『まいづる古い支度ノート』を作成しました。

「古い支度の目的・意味」「ノートの記入方法」「活用の場面」などについて、出前講座を実施しています。このノートを活用して、あなた自身やご家族、身近な方と「古い支度」を始めてみませんか？

※古い支度ノートは無料配布いたします。



○出前講座スタッフ・・・古い支度マスター

(市の古い支度マスター養成講座受講者)

市保健師、地域包括支援センター職員

○対象・・・・・・・・市内にお住まいの高齢者(個人・団体問いません)

○会場・・・・・・・・講座を希望される方・団体様でご準備ください。

○申し込み・・・・・・・・市高齢者支援課までお電話にて申込を。

古い支度マスターとの調整が必要になりますので、
希望日の2週間前までにはご連絡をお願いします。

申込・問い合わせ先

舞鶴市高齢者支援課

電話 66-1018

FAX 62-7957