

思いを伝える 「老い支度」ノート

家族や周りの人たちとこれまで歩んできた人生や希望するケア、医療を話し合ったことはありますか。舞鶴市では、元気なときから大切な人へ思いを伝えるツールとして「老い支度ノート」を配布しています。

老い支度ノートは、趣味や歩んできた人生、財産、病気になった際の治療など、さまざまな事柄を記入できます。もしも自分で意思表示ができない場合でも、家族や周りの人にノートを見せておくことで、希望する介護や医療を伝えることができます。

この機会に老い支度ノートを手にとり、家族や周りの人と話し合うきっかけにしてみませんか。

《高齢者支援課》

INTERVIEW

日頃から、自分やお世話になった人のことなどを周囲の家族に話したり、記録としてノートに書いたりして、自分に何かあった時にも困らないようにしています。

これは、自分が親を亡くした際、人間関係など知らないことが多く苦勞し、聞いておけば良かったと後悔したからです。

私の知人は、家族が遠方に住んでおり、隣人の手助けで生活していますが、周囲の人になかなか自身のことを伝えられず、苦勞をしていると聞きます。そういった人にこそ、後悔しないようにノートを使用してほしいと思います。



老い支度ノート使っています
関 幸久 さん

出前講座実施中



老い支度ノートの目的や記入方法、活用方法を伝える老い支度マスターが地域で活動しています。詳細は市ホームページで確認を。右コードからアクセス可。



老い支度ノート配布場所

- 高齢者支援課 ● 西支所
- 各公民館 ● 東・西図書館 など

市のホームページからもダウンロードできます。左下コードからアクセス可。



年末年始のごみ・し尿の収集

日	収集		持ち込み※1		粗大ごみの戸別収集申し込み受付※3	し尿の収集			回収ボックス	
	可燃ごみ	不燃ごみ	清掃事務所※2	リサイクルプラザ		舞鶴厚生(株)	舞鶴保健興業(有)	(株)アクア	古紙	衣類
12月	27日(金)	○	○	○	○	○	休	○	休	○
	28日(土)	○	1/1の振替	○※4	休	休	休	○	休	休
	29日(日)	休	1/2の振替	○※4	休	休	休	休	休	休
	30日(月)	○	休	休	休	休	休	休	休	休
	31日(火)	○	休	○※5	休	休	休	休	休	休
1月	1日(祝)	休	休※6	休	休	休	休	休	休	休
	2日(休)	休	休※6	休	休	休	休	休	休	休
	3日(金)	休	休※6	休	休	休	休	休	休	休
	4日(土)	○	休	○	休	休	休	休	休	休
	5日(日)	休	休	○	休	休	休	休	休	休
	6日(月)	○	○	○	○	○	○	○	休	○
	7日(火)	○	○	○	○	○	休	○	○	○
	11日(土)	○	1/3の振替	○	○※4	休	休	○	○	○

※1 持ち込み時間は8時30分～16時

※2 12月29日(日)～来年1月4日(土)は「一般廃棄物搬入受付手数料(回数券)」の販売は休止

※3 12月18日(水)までの受け付け分を19日(木)に収集。19日以降の受け付け分は来年1月9日(木)に収集。受付時間は、平日の8時30分～16時30分。専用電話(☎64・5953)へ

※4 持ち込みは事前に予約が必要。平日の8時30分～16時30分にリサイクルプラザ(☎64・7222)へ

※5 12月31日(火)の持ち込みは12時まで

※6 来年1月1日(祝)の振り替えは12月28日(土)、来年1月2日(日)の振り替えは12月29日(日)、来年1月3日(金)の振り替えは来年1月11日(土)

お願い

年末年始はごみの持ち込みで清掃事務所、リサイクルプラザとも大変混雑します。周辺道路の通行の妨げにもなりますので、ごみはできる限り地域ごとに決められた集積所・収集日に出してください。



公式ムービーチャンネル (YouTube)



観光・イベント・スポーツなどに関する舞鶴の魅力をPRする動画など



防災アプリ



一目で分かる防災シグナルや、気象や河川の情報をいつでも確認できるなど、多数の機能を搭載。ダウンロードは、こちらのコードから



お正月用

フラワーアレンジメント講座

& 入会説明会

令和6年

12月23日(月) 13:30~

- 舞鶴市在住の60歳以上の女性の方対象
- 定員:10名(先着順 ※要事前申し込み) ● 参加費:500円

おしゃべりを楽しみながら、シルバーのこと、仕事のことなど何でもお尋ね下さい

主催・申込先 公益社団法人 舞鶴市シルバー人材センター ☎ 64-3233 舞鶴市字溝尻150番地の11

(京都労働局委託事業) 高齢者活躍人材確保育成事業

会員募集集中!

舞鶴市にお住まいの60歳以上の方で健康で働く意欲のある方

入会説明会 13:30~

1/9 12月・2/6 1月

要予約

【有料広告】