

中部シニアライフアドバイザー協会

SLA通信

第95号

2020年 通常総会のお知らせ

中部SLA協会 会長 畑島美奈子

2か月前までは他国のこととしか捉えられていなかった新型コロナウイルスがここまで身近に迫ってくるとは思っていませんでした。予想もできないことが起こるのは自然災害ばかりではないことを改めて思い知らされます。そして、私たち高齢者はあらゆる災害から自らを守っていくすべを学習しなければならないことを再認識しました。

この通信が皆様へ届く頃には収束の明かりが見えていることを願わずにはられません。

さて、すでに往復はがきにて案内させていただきましたが、下記の通り総会を開催いたします。ご多忙とは存じますが是非ご出席ください。

記

日時：2020年4月17日（金）午前11時～午後3時

会場：市民活動推進センター集会室

（ナディアパーク デザインセンタービル6階 地下鉄名城線矢場町下車
（5・6番出口より徒歩5分）

※議案書は事前発送いたしません。総会当日受付にてお渡しいたします。

※昼食の弁当はSLA協会で用意いたします。

以上

第48回全国一斉特設電話相談「シニアの悩み110番」開設のお知らせ

日時：2020年3月28日（土）・29日（日）10:00～17:00

会場：中区千代田3-16-11第2杉浦ビル2F



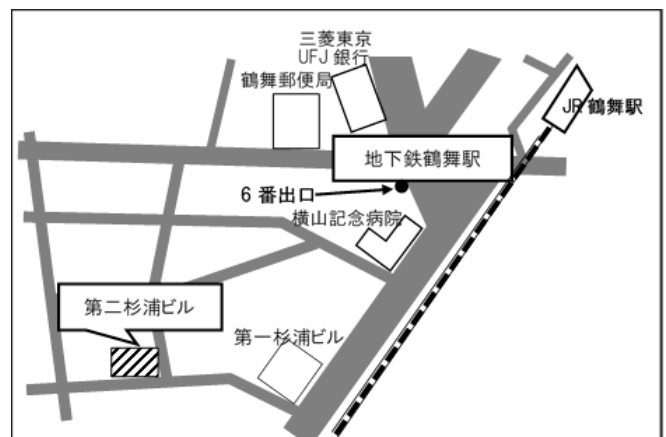
052-332-5033

※相談員の皆様は28日・29日共9時30分に集合願います。

※問い合わせ等は太歳又は宮地へ電話ください。

- ・太歳（090-7852-7073）
- ・宮地（090-8957-7231）

※相談員以外の方の見学も歓迎いたします。



《お知らせ》

第11回 このゆびとまれ・尾張部会合同企画

“さくら名所100選 五条川でお花見！”

でもやっぱり「花より団子」。ランチもつけちゃいました。

日 時：2020年3月26日（木）

行 先：五条川堤防（少雨決行）

集合場所：AM10:30 名鉄犬山線岩倉駅東口 （名古屋駅 10:11 発 新可児行き）

ラ ン チ：AM12:00～ イタリア料理『Dar Frutto』

ランチ代：税別 980円～ ピザランチ、リゾットランチ etc

申込み先：白井恭子 0568-52-7580 ・090-8470-7573

申込締切：3月25日【水】

お花見のみの参加でも構いません。

※1月6日の寄席鑑賞は、8名のご参加をいただきました。ありがとうございました。



《 報 告 》

幹事会報告

第9回幹事会

2019年12月20日（金）出席8名欠席2名

- ・SLAセミナーの報告
- ・第47回電話相談の報告
- ・バス旅行の報告
- ・新年会について

第10回幹事会

2020年1月17日（金）出席7名欠席3名

- ・新年会について
- ・総会について

第11回幹事会

2020年2月21日（金）出席6名欠席4名

- ・第48回電話相談について
- ・総会について
- ・令和2年新年会報告

電話相談部会・研修報告

2020年2月21日（金）13時より

事例紹介・4月より相続の変更について研修



「エンディングノート」と「人生会議」

人生の最終段階において、本人の意思が尊重され、本人が希望する「生を全う」できるよう、年齢を問わず健康な時から、人生の最終段階における医療・ケアについて考える機会を持ち、本人が家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合うことが重要であると考えられます。

このような取組をアドバンス・ケア・プランニング（ACP）と呼び、より馴染みやすい言葉となるよう2018年11月30日に「人生会議」という愛称で呼ぶことに決定しました。

厚生労働省 HP より

「人生会議」が医療に特化しているのに対してエンディングノートはこれまでの人生を振り返り、整理し、これからの人生をどうすべきかを考えるためのものです。それは意思決定ができなくなった時や伝えることが出来なくなった時に、自分の望む医療がなになのかを書き入れたり、死後の葬儀や墓への希望、相続への思いなど、人生の完成に向けて自分と向き合うためのものでもあります。

私たちの作成したエンディングノート「マイライフプラン」が「人生会議」を始める前の準備となります。現在、この「マイライフプラン」改訂版を作成中です。

畑島 記



「一人暮らしをはじめた高齢者のひとりとして」

浅野 澄子

高齢者の一人として現在どんな思いで日々を過ごしているのか、私個人の気持ちを思いつくままに綴らせていただきます。

考え方、感じ方は各人各様であると思います。誠にあつかましいかと思いますが、私の気持ちを述べさせていただきます。人生は考え方、心の持ち方で楽しくもあり、つらく悲しくもあると思います…。

人の顔のしわは人生の風雪を堪えて乗りこえてきた高い証だともいわれています。心の精神のしわのばしに意をおくことも大切なことと思います。一人で悩み悔やみ淋しさをいだきつつ…心の精神づくりについて考えてみたいと思います。

- ・環境が変わると心も体も不安定になり、バランスがくずれて一人でいることが辛く、不安でどうしようもなく、悲しくてたまらなくなります。誰かとしっかり向き合い、心の内のつらさを受けとめてくださる人・ゲートキーパー的な人を心の中で求めている自分に心の弱さを感じました。
- ・身体の悩みについても同様かと思います。先日の夜 11 時頃の事です。起きた時ふらつき柱の角で頭を強く打ち、頭に大きなこぶが出来ました。血液さらさらの薬を服用しているので心配しました。このような事が年を重ねると突発的に起こることを痛感しました。

そこで次の事が気になってきました。

- ① 仕事・ボランティアに関すること
- ② 健康・金銭・家庭に関すること
- ③ 喪失体験・近親者との離別・遺品整理・病気等々

日常生活の中で身体の悩みについてもです。

- ① 思わぬところでつまづきそうになったり、転びそうになる
- ② 下り階段がこわい
- ③ 座ったり、立ったりがづらくなる
- ④ ノロノロ歩きになってくる

等々気になることが沢山あります。

今後は注意しながら身体を動かすよう努力をしなければと思いました。自分で納得し、答えを出すしか方法はないのでしょうか。皆様のすてきなご指導を期待しています。

最後に皆さまのご健康とご活躍を心からお祈り申し上げます。

名簿順に原稿をお願いしています。次回は油田淑子さんをお願いします。



編集後記

2019 年度最後の通信となりました。今年度は昨年度より発行回数が減ったにも関わらず内容的には乏しいものとなってしまったと反省しております。そのため他の郵便物に紛れたままとなっていることもあるかも知れません。しかし、少数の編集者では情報収集もままなりません。会員の皆様の投稿、情報を心よりお待ちいたしております。

2019 年度～2020 年度協会活動予定（3～5 月）

部会・イベントなど	日時・会場等
第 48 回全国一斉特設電話相談 「シニアの悩み 110 番」	3 月 28 日（土） 29 日（日） 杉浦ビル 2 階
幹事会 4 月定例会	4 月 17 日（金） 9：30～10：30 集会室
中部 SLA 協会通常総会	4 月 17 日（金） 第 1 部 11：00～12：00 } 集会室 第 2 部 13：00～14：45 }
令和 2 年度第 1 回幹事会	4 月 17 日（金） 15：00～16：00 集会室
幹事会 5 月定例会	5 月 15 日（金） 10：00～12：00 会議室
PC 部会 5 月定例会	5 月 15 日（金） 13：00～16：00 会議室

※3 月 20 日現在、日時が決定している活動のみ掲載しております。



2020年
新年会風景

