

在宅ホスピスを語る会

参加費無料

大切な人を家で最期まで看取った経験のある方のお話を通して、最期まで穏やかに過ごすことが可能であることを知っていただける会です。

- 日 時 10月8日(木)
14:00~16:00(受付13:30から)
- 場 所 行橋赤レンガ館
(行橋市大橋3丁目7-14)
※行橋赤レンガ館横の有料駐車場利用可能。
(駐車券を認証機に通すことで3時間まで無料)
- 対 象 どなたでも参加可能(先着50名程度)
- 問 京築保健福祉環境事務所 健康増進課
健康増進係 ☎ 0930-23-2690
(月曜~金曜 8:30~17:00)

もしもの停電、備えて安心。

停電情報 九州停電情報提供アプリ 24時間対応

チャット受付

停電情報自動応答サービス

まずは無料アプリをダウンロード ▶

※利用料金：無料です。
ただし、ご利用時に発生する通信料は
ご利用者の負担となります。

九州電力送配電

9月10日から16日は自殺予防週間です

9月10日は、「世界自殺予防デー」 (World Suicide Prevention Day)です。

日本では、自殺対策基本法に基づき、この日から1週間の9月10日から16日までを「自殺予防週間」と定めています。国、地方公共団体、関係団体などが連携して、「いのち支える自殺対策」という理念を前面に打ち出した啓発活動を推進しています。

自殺対策を推進するためには、自殺について誤解や偏見をなくし、正しい知識を普及啓発することが重要です。

つらいとき、悩みや不安を抱えて困っているときは、ひとりで抱えこまず相談してください。



その心の声を、
聴かせてください。

匿名でも大丈夫です。うまく話せなくても大丈夫です。
あなたの声にも話さない思い、抱えている気持ちも聞かせてください。



相談窓口はこちら まもろうよこころ 検索

9月10日~16日は自殺予防週間です。

福岡県内の相談窓口

- ふくおか自殺予防ホットライン
☎ 092-592-0783 (24時間365日対応)

- きもち よりそうライン@ふくおかけん

- 相談日時 月曜、木曜 18:00~21:00
(相談受付は20時30分まで)



LINE ID: @469xxbam

- 心の健康相談電話(福岡県精神保健福祉センター)

- ☎ 092-582-7400
■相談日時 月曜~金曜 9:00~16:00

- その他福岡県の
相談窓口一覧表



祝日・年末年始は休み(24時間相談は除く)

問 子ども未来課 町民健康係 ☎ 72-3127(内線226)

厚生労働省相談窓口

- まもろうよ こころ

電話やSNSの相談窓口、ゲートキーパー※、自殺対策の取り組みなどの情報を分かりやすく紹介しています。



ゲートキーパーとは

悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことです。特別な研修や資格は必要ありません。誰でもゲートキーパーになることができます。

ゲートキーパーは「変化に気づく」「じっくりと耳を傾ける」「支援先につなげる」「温かく見守る」という4つの役割が期待されていますが、そのうちどれか1つができるだけでも、悩んでいる方にとっては大きな支えになるでしょう。

周りで悩んでいる人がいたら、勇気を出してまずはやさしく声をかけてみることから始めてみてはどうでしょうか。



「人生会議」とは

「人生会議」とは、もしものときに備えて、自分が望む医療やケアについて、家族や大切な人、医療・介護の関係者と繰り返し話し合うことです。

この取組を「人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)」と呼びます。

「まだ元気だから関係ない」「縁起でもない」と感じる方もいるかもしれませんが、しかし、病気や事故などで自分の思いを伝えられなくなる可能性は誰にでもあります。そのようなとき、あらかじめ自分の考えや希望を伝えておくことは、自分らしい人生を支えるだけでなく、家族が大切な決断をするときの助けにもなります。

人生会議では、「どこで過ごしたいか」「どのような治療やケアを望むか」「自分にとって大切にしたいことは何か」などについて話し合います。考え方や希望は年齢や健康状態、生活環境の変化によって変わることもあるため、一度話して終わりではなく、折に触れて話し合い、見直すことが大切です。



人生会議に早すぎるということはありません。まずは「もしものとき、私はどうしたいだろう」と考え、家族や身近な人と話すことから始めてみませんか。

あなたの思いを伝えることが、あなた自身と大切な人の安心につながります。



厚生労働省のHPに詳しい内容や取組について掲載されていますので、ぜひご覧ください。



地域で支える在宅医療と介護の講演会を開催します！

住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、医療や介護について正しく知り、将来に備えることが大切です。

本講演会では、在宅医療に詳しい東病院の医師を講師に迎え、地域医療や在宅医療の現状と役割、自分らしい医療やケアについて考える「人生会議(ACP)」についてわかりやすく講演します。

「在宅医療ってどんなことをするの?」「人生会議って何?」という方も大歓迎です。将来のために、今できることを一緒に考えてみませんか。ぜひお気軽にご参加ください。

- 演 題 「高齢者医療に今必要なこと」
~在宅医療とACP(人生会議)~
- 講 師 東病院 理事長 東 雅司先生
- 日 時 9月26日(土)13:30~15:00
(受付 13:00~)
- 場 所 げんきの杜
- 対 象 どなたでも参加可能
- 参 加 費 無料
- 申込方法 予約が必要です。下記問い合わせ先に
9月17日(木)までお申し込みください。
(月曜~金曜 8:30~17:15)
※祝日を除く

問 上毛町地域包括支援センター ☎ 84-7322 (内線431)