



# 【報告】終活支援セミナー 第2弾・第3弾を開催しました

問 高齢福祉課

小諸市は、令和4年度に株式会社鎌倉新書と「終活支援協定」を締結しています。  
昨年度は終活支援事業をはじめ、市民の方も関心の高い「介護」について相談会を開催しました。  
今年度も引き続き、長くなった高齢期を「自分らしく」より良く生きるため、終活セミナーを開催していきます。

## 第2弾

知って備える「介護」相談会  
(R5・11・11)

市内外21か所の介護施設・団体・機関にご協力いただき、介護施設の選び方について動画を視聴したり、各施設の方に直接相談していただく場を設けました。大変好評でしたので、今後も開催を検討していきます。

### 【参加された方の声】

- いろいろな施設があって驚いた
- 不安ばかりでしたが、だいぶ心の整理ができました
- 将来的な不安が多かったが、話を聞いて安心しました
- また開催してほしい



当日は市内の介護施設事業所の方にブースを設置していただき、参加者の相談に応じました。

## 第3弾

持ち物の整理講座  
(R6・1・28)

(株)鎌倉新書の村田ますみ氏に講演いただきました。

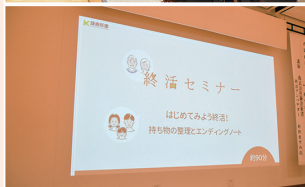
「整理」は意外と難しい  
整理＝仕分ける・売る・捨てる・残すなど様々ですが、整理を扱っている専門業者についても話していただきました。参加された方からもとても前向きな意見をいただきました。

### 【参加された方の声】

- 自分のことを全然考えていないことがわかった
- まだまだ先と考えていたけれど、少しずつエンディングノートに書いていこうと思いました
- 自分で『仕分ける』時のコツや心の持ち方が知りたかった



いつかやろうと先送りしてはいませんか。  
整理には時間がかかります。  
思い立ったが吉日！  
少しずつ始めてみましょう。



今後も皆さんの知りたい終活セミナーを開催していきます。  
これからも自分らしく生きるために、終活を考えてみませんか？

## もう書いていますか？ エンディングノート

高齢福祉課の窓口などで配布しています。  
終活に関して考えておくべきことがまとめられていたり、自分の考えを書き込んでおくことができます。

