

# いるかの会だより



【発行】高砂市認知症の人をささえる家族の会「いるかの会」

【事務局】社会福祉法人 高砂市社会福祉協議会（地域福祉課）

〒676-0023 高砂市高砂町松波町 440-35 高砂市ユーアイ福祉交流センター内

(TEL 079-444-3020 / FAX 079-443-0505)

2024. 4月

## 2月の行事報告



～人生会議について(体験してみよう もしバナゲーム)を開催しました(16名参加)～

2月19日(月)、高砂市ユーアイ福祉交流センター2階 交流スペース 6.7において、のじぎくの里 山里 護氏を講師に迎え、「人生会議について～やってみよう もしバナゲーム～」と題し、人生の最期に向けて終活の重要性や人生会議(ACP)についてお話しいただきました。また、自分が最期を迎える時に大切にしたいことを選択していくカードゲームを用いて、より現実的に考えグループワークをしました。難しいテーマではあるけれど、自分以外の人の考えを聞き、自身の内面を見つめ直し、自分や家族のことを考え、死生観についても改めて深く考えるととてもいいきっかけになりました。



### 参加された方の感想

- もしバナ楽しみに待ってました。皆さんと一緒に楽しく話しながら今の気持ちを考えることが出来ました。ありがとうございます。
- 今回の人生についていつも思っている事が家族に常に伝えておかないと、と本気に考えさせられました。
- ゲームを通して自分がいかにこわがりかわかりました。ただ主人の介護をしていて、決断が必要なのはわかりましたが、まだまだ考えたくないです。
- 「もしバナゲーム」をしたのは今日は5回目ですが、毎回選ぶカードが変わっていつまでも。そのときに置かれている状況によって変わっていくのだなあと思いました。人生の最期には「いい人生だった」と思える人生を送りたいです。
- 少し重い気持ちになりました。人生会議の様に話し合う事も大事ですね。

お気軽にご参加ください



いるかの会だよりの発送作業は、偶数月の第1月曜日に高砂市ユーアイ福祉交流センター1階 研修室で、13時30分より行います。発送作業のあと14時30分から15時30分まで会員による「家族のための介護相談」として相談会を開催します！

# 3月の行事報告



～ワイワイがやがやお話し会を開催しました（7名参加）～

3月18日（月）、高砂市ユーアイ福祉交流センター1階研修室において、「ワイワイがやがやお話し会」を開催しました。初めて参加した方もおられ、それぞれの介護についての経験談や近況、状況の変化によって心の余裕ができ接し方や気持ちの変化につながるといった話を聞き、みんなで一緒に考え充実した時間を過ごすことができました。



**令和6年度「いるかの会」会費納入のお願い**

**年額 1,200円**

平素は、いるかの会の活動にご賛同いただきありがとうございます。  
会費は「いるかの会だより」の発行や行事の開催経費などに活用させていただいております。  
令和6年度の会費の納入につきまして、引き続きのご支援をお願い申し上げます。

**【振込先】兵庫南農業協同組合 伊保支店（普通）口座番号 5796346 いるかの会**

## いるかの会 行事のお知らせ

### ～4月のいるかの会～

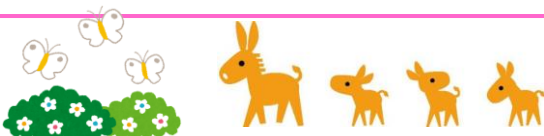
#### 総会に向けての話し合い

令和6年度のいるかの会の活動についてみんなで話し合います

【日時】4月15日（月）13:30～15:30

【場所】高砂市ユーアイ福祉交流センター  
1階 研修室

※会員以外の方もご参加いただけます



### ～5月のいるかの会～

#### 令和6年度 総会及び懇談会

年に一度の大事な総会ですので、是非、ご参加ください。



【日時】5月20日（月）14:00～15:30

【場所】高砂市ユーアイ福祉交流センター  
1階 交流スペース1.2

※会員以外の方もご参加いただけます

～ お願い ～

総会は会員の過半数の出席が必要です。  
会員の方は同封のハガキにより、5月13日（月）までに出欠のご連絡をお願い致します。

**【申込み・問合せ先】 高砂市社会福祉協議会（TEL 079-444-3020）**