

先輩の作成した“もしもノート”作成講座 第1回

ゆずりはの会 竹内一良

35-7182

時：3/9(火)午後7時～9時

場所：福祉センター 22 研修室

1. “もしもノート”のおおよそを理解する

“もしもノート”を1ページずつめくりながら、どんな内容を記入するのかを理解した。

次回までに、自分が書ける箇所を書いてくる。

ビニールケースつきのファイル(クリアブック?)を購入し“もしもノート”の原文と、自分が作成したページを交互に入れておくと良さそうです。

記入内容のある部分は、時とともに変わってゆくので、例えば、毎年見直して差し替えると良い。

2. グループ分け

大まかに分けると5つの分野になる。

自分が最も関心がある分野を選び、そのグループに入ると良い。同じ分野を選んだ人と話し合うチャンスが増える。少人数のグループなので話しやすい、お互いに良く知り合うことが出来る。現在のグループ分けは下記のようなようです。安齋さんと加藤勝美さんは、一通り勉強してみてもうからにされるそうです。

- ① 自分のこと・自分史：井上、釘宮、竹山
- ② 老い・介護：岩月、大間知、鍛冶、林、渡辺
- ③ 遺言：加藤素男
- ④ 医療・闘病：河野、瀬川、竹内公、徳島、松田
- ⑤ 葬儀・墓：竹内一、遠山

3. “もしもノート”の内容についての話し合い

- ① 危機管理的な内容が強すぎる。もっと、「危機に陥らないようにするために何をする」、「人生を楽しむ・充実する」と言うような前向きの内容を入れるべきである。

そのとおりなので、各人がそうした内容を加えてゆく。

各人が良いと思ったことは自分のノートに記入するとともに、他の人に紹介し、お互いのノートを充実させてゆく

- ② 次の講座では、老い・介護の話を中心に行う。
老い・介護グループのメンバーでも、それぞれ関心を寄せることが異なる。各人のユニークさを生かしつつ、互いに連絡をとって、次回の準備をする。
- ③ 医療・闘病のグループから、豊田厚生病院の西村先生にもう一度お話いただきたいと考えているが、どうかとの提案があり、多くの人から「是非聞きたい」との希望があった。

4. その他

- ① 葬儀関係の用語について、説明したメモが配布された。
- ② もしもノート の事前指示 と題されたメモがk配布された。
- ③ 「つぶやきを形に」有言実行本舗の主催で、上原房江さんの講演会が開催される。「葬儀はいらない」と言うテーマで“もしもノート”と同じような内容の講座と思われます。500 円/回
5 /11(火) 午前 10 時～12 時 福祉センター
5/25(火) 上に同じ

④ ゆずりはの会の会員名簿

今回の出席者は17名でした。2～3人の人に参加の有無を確認しています。20名くらいになるでしょうか。次回に名簿を配布する予定です。

5. 次回以後の予定

- 2回 4/13(火) 老い・介護
- 3回 5/11(火) 自分史、医療・闘病
- 4回 6/8(火) 遺言、相続、葬儀、墓
- 5回 7/13(火) まとめ、ノートの完成

開催時間:午後7時～8時半

開催場所:豊田市福祉センター 第22研修室

<注記>

上記内容にミスなどあったら、ご指摘ください。