

さいごまで 自分らしく生きるための心づもり

～「もしも」の時に備えて～

「もしも」の時に備えて、あなたの希望や想いを、家族や大切な人、医療・介護従事者とともに話し合っておくことをアドバンス・ケア・プランニング（ACP）といいます。

本セミナーでは、「自分らしい生き方」を考え、大切な人と話し合う体験を通して、意思を表明するプロセスを学びます。さいごまで自分らしく生きるための心づもりの一歩として参加してみませんか？

日 時 2026年10月31日（土）13：00～16：00

場 所 北本市役所3階 3A-B会議室

定 員 15組〔30名〕＊応募者多数の場合は抽選となります。

○ 20歳以上で「もしも」の時の医療や介護を自分事として考える

時期にある方とそのご家族（1組）

○ お一人での参加も可

参加費 無料

プログラム

1) 「もしも」の時の心づもりの大切さを知り、自分の人生観・価値観を振り返る
もしばなゲーム

2) 「もしも」の時の医療や介護について考える

講演：在宅医療と看取り（医療法人慶聴会矢澤クリニック北本 矢澤聡氏）

談話：「もしも」の時の医療や介護について

ミニレクチャー・動画視聴など

申込期間：9月4日（金）～ 10月27日（火）

申込み先：TEL：048-973-4114（埼玉県立大学地域連携センター）

平日9:00-16:00まで。Webからも申し込み可（2次元コード参照）

持ち物：飲み物・筆記用具

お願い：研究の一環としてプログラムの前後にアンケートを実施しますが、記入は任意です。

やむを得ずキャンセルされる場合は、事前のご連絡にご協力をお願いいたします。

《お問合せ》

埼玉県立大学 地域連携センター オープンカレッジ講座事務局

TEL：048-973-4114（平日9:00-16:00まで） E-mail：edec@spu.ac.jp

