

# もしものときのために「人生会議」

問合せ先／本庁高齢・介護福祉課包括支援G(内線2676)

自分の人生を自分らしく、  
どのように生きるか、  
誰にどう自分の気持ちを  
伝えておくか、  
一緒に考えてみませんか。



令和3年度  
薩摩川内市在宅医療・介護市民フォーラム

自分の思い、大切な人へ伝えていきますから  
思いを届け、つながる

お父さんは、  
帰国はどこで  
暮らしたい?

やっぱり  
家が  
よかなあ〜

人生  
会議

ACP (アドバンス・ケア・プランニング)

もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、繰り返し話し合い、共有する取組を「人生会議 (ACP: アドバンス・ケア・プランニング)」と呼びます。

開催日時 令和3年6月5日(土) 14:00~16:00 (開場13:30) 入場無料

会場 薩摩川内市国際交流センター (コンベンションホール)  
薩摩川内市天取町 2211 番地 1 TEL:0996-22-7741

定員 200名 先着順 申込締切:5月21日(金)

※申込は、あらかじめ申込書と、マスの写真を郵送をお願いします。  
※400名に達しますが、先着順で締め切らせていただきます。

第1部 さいいれ浜田クリニック院長 濱田 努先生による講演「人生会議のABC〜あなたの人生、勝手に決められていませんか?〜」

第2部 シンポジウム「その人の望む生き(逝き)方を支えるには」

この場では、  
相談、予約まで  
お申し込みください。

申込み・問合せ先 川内市医師会在宅医療支援センター  
TEL:0996-22-4021 FAX:0996-22-8114

申込み用紙は、チラシ裏面またはいいせんネットホームページ (https://isenet.jp/) にてダウンロード可能です。  
フォーラム開催に関する詳細につきましては、ホームページをご覧ください。

主催：公益社団法人川内市医師会 共催：薩摩川内市

●在宅医療・介護市民フォーラムが  
開催されます

時／6月5日(土) 14時〜16時  
※開場は13時30分  
所／市国際交流センター

内容

▼第一部・さいいれ浜田クリニック院長 濱田 努先生による講演「人生会議のABC〜あなたの人生、勝手に決められていませんか?〜」

▼第二部・シンポジウム「その人の望む生き(逝き)方を支えるには」

※入場無料  
定員／先着200人

申込締切／5月21日(金)

申込方法／電話、ファクス  
申込・問合せ先／川内市医師会  
在宅医療支援センター(下記参照)

いいせん  
ネットHP

## 空き家・空き室をセーフティネット住宅として活用しませんか

問合せ先／  
本庁建築住宅課住宅管理G(内線 3613)



空き家・空き室の活用をお考えで、セーフティネット住宅(※1)の登録にご協力いただける大家さんを支援します!

**事業の概要**  
入居者を住宅確保要配慮者(※2)に限定する専用住宅を対象に、住宅の改修と要配慮者に対する家賃低廉化に要する費用の一部を補助します。

※1 セーフティネット住宅とは…「住宅セーフティネット制度」に基づき登録され、住宅確保要配慮者の入居を拒まない賃貸住宅のことです。

**登録できる住宅の基準**  
床面積が25㎡以上のもので、耐震性があり生活に必要な設備があることが条件です。また、シェアハウスにも基準があります。

※2 住宅確保要配慮者とは…子育て世帯、障害者、高齢者などの他、低額所得者、被災者など住宅の確保に特に配慮を要する者として、法律などで定められています。

項目	①住宅改修費補助	②家賃低廉化補助
対象住戸	補助申請の時点で空き家であること	
交付対象者	賃貸契約を結ぶ大家など	
入居世帯の所得や基準	・月額158,000円以下の住宅確保要配慮者	・月額387,000円以下の住宅確保要配慮者 ・被災者
契約家賃	近傍同種家賃以下	
その他	入居者は公募すること	

**補助の概要**

①住宅改修費補助  
バリアフリーなどの改修工事を対象に、上限100万円の工事費を補助します。

②家賃低廉化補助  
通常の家賃と要配慮者のための設定家賃との差額を、月額4万円まで、原則10年間補助します。

※詳しい条件や内容などは、お問い合わせください。

## 5月17日は「高血圧の日」です この機会にあなたの血圧について考えてみましょう!

問合せ先／  
市民健康課(すこやかふれあいプラザ内)  
☎(22)8811

### あなたの血圧のタイプは?



家では正常だけど、病院に行くときだけ高くなる…  
**白衣高血圧**

病院では大丈夫だけど、朝だけまたは夜だけ高い…  
時間で変わる  
**仮面高血圧**

家でも病院でも正常…  
**正常血圧**

ずっと高い…  
**持続性高血圧**

※どれも本当の血圧です。

自分のタイプを知り、脳血管疾患などを予防するためにも家庭での定期的な血圧測定が大切です! 1日2回の自己測定をおすすめします。

**測定時の条件**

朝	夜
○起床後1時間以内 ○朝の服薬前	◇就寝前 ◇入浴や飲酒の直後は避ける

※椅子に座って1〜2分安静にしてから測りましょう。  
※測定後は、記録を残しましょう。(7日間程度)

**高血圧の基準 (mmHg)**

	収縮期(上)	拡張期(下)
家庭血圧	135以上	85以上
外来血圧	140以上	90以上

※参考文献 高血圧治療ガイドライン 2019

本市は高血圧と関係のある脳血管疾患と急性心筋梗塞の死亡率が他市町村と比べて非常に高くなっています。また、脳血管疾患や虚血性心疾患が原因で要介護状態となる方が多いのも現状です。心配なことや分からないことは、市民健康課、またはかかりつけ医へご相談ください。

●人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)とは  
予期しない出来事や突然の病気など、もしもの時のために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族や医師などと繰り返し話し合い、共有する取り組みです。ご家族などがあなたに代わって難しい決断をする重要な助けとなります。

●自分らしく生きるために  
これからのことについて、元気な時にこそ、ご家族と一緒にじっくり考える機会を設けましょう。在宅医療各センターでは、自分の思いを書き記しておけるマイライフノート(終活ノート)を配布しています。また、次のような出前講座も随時受け付けています。

- ・在宅医療とは
- ・マイライフノート (終活ノート)の書き方 など

詳しい内容については、相談窓口までお気軽にお問い合わせください。

考えてみましょう  
あなたが大切にしていることを整理してみましょう。かかりつけ医に相談し、健康状況やどのようなケアを希望するか考えてみましょう。

話し合っ、共有しましょう  
医療や生活に関する希望や思いを医療・介護従事者も含め、共有しましょう。

思いを託せる人は誰ですか  
もしもの時にあなたの思いを尊重し、受けたい医療・ケアなどを伝えてくれる人は誰ですか。

【相談窓口】  
◆川内市医師会 在宅医療支援センター  
大小路町70-26  
TEL:22-4021  
FAX:22-8114  
※当センターは、4月1日から在宅歯科医療推進室と窓口を一本化しました。

◆薩摩郡医師会 在宅医療相談支援センター  
薩摩郡さつま町轟町510  
TEL:53-4711(直通) FAX:53-4711

