



まちななかラウンジNEWS

1. まちななかラウンジの活動のご案内

Q: まちななかラウンジってどんなところ? 何をしてるの?

A: 「長崎市包括ケアまちななかラウンジ」は、市民の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、在宅医療・介護連携の拠点として長崎市が設置した施設で、長崎市医師会が運営しています。

「まちななかラウンジ」の主な活動は次のとおりです。

①医療・介護の総合相談窓口

市民の皆さんからの病気や介護についての疑問や悩み事、不安などのご相談を専門の相談員がお聞きします。ご相談は、電話や面接でお受けしています。



②在宅医療と介護の普及啓発

市民の皆さんが、在宅での療養が必要になった時に必要なサービスを受けることができるよう、在宅医療と介護に関する講座（市民健康講座、まちななかサロン、在宅医療講座）を開いたり、パンフレット等を作成しています。

③在宅医療・介護連携の推進

市民の皆さんが在宅で最期まで自分らしい暮らしを続けるためには、地域の医療と介護に関係する多職種連携が必要です。こうした連携の推進を支援するため、医療・介護関係者からの相談対応や情報提供、医療・介護関係者向けの研修会を開催しています。

Q: まちななかラウンジの相談員ってどんな人?

A: 病院や訪問看護ステーション、介護施設での勤務経験を持つベテランの看護師やケアマネジャーがご相談をお聞きします。

Q: 講座や相談を受けるのに料金はかかるの?

A: 講座の参加やご相談は無料です。些細なことでもかまいませんのでお気軽にご相談ください。

2. 令和5年度第6回まちななかサロンのご報告

テーマ: 「人生会議」をしましょう

～もしバナゲームで気楽にはじめてみませんか～

講師: まちななかラウンジ相談員

日時: 令和6年3月21日(木) 14:00～16:00

場所: 長崎市役所2階多目的スペース

参加者: 29名

内容: 今回のまちななかサロンでは参加者全員が人生会議のきっかけ作りとなる『もしバナゲーム』を楽しみながら、もしもの時を語り合いました。「自身の想いを発見できた」「いろいろな考え方がありとても参考になった」という感想が聞かれました。



もしバナゲームをする参加者の様子

3. 人生会議（ACP/アドバンス・ケア・プランニング）について

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、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことを人生会議（ACP）といいます。

あなたの想いを家族等と共有することによって、あなたが自分で意思決定をすることが困難になったときに、あなたが望む医療やケアを実現することを目的としていますが、人生の最終段階だけではなく、これからの生き方を話し合うことで、前向きに人生を考えることにもなります。また、家族等の心の負担の軽減にもつながります。



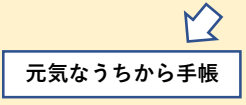
まちななかラウンジでは人生会議（ACP）の普及啓発に取り組んでいます。地域の各グループや個人でも、人生会議（ACP）についての講座や説明をご希望の場合は、まちななかラウンジまでご連絡ください。（グループについては出張講座もお受けします。）

4. 人生会議（ACP）に『元気なうちから手帳』を活用しましょう。



これからの人生をどう生きるかを考えるきっかけとして「元気なうちから手帳」を活用しましょう。

「元気なうちから手帳」を手にしたら
これからの生き方を家族と話し合しましょう。

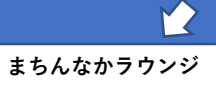


長崎市包括ケアまちななかラウンジや
各地区の地域包括支援センターで配付しています。
（長崎市のホームページからダウンロードもできます。）

5. 人生会議（ACP）をテーマにした講座の動画公開について（ご案内）

長崎市ホームページ（まちななかラウンジ）で、次の動画を公開しています。

- 令和5年10月1日開催 まちななかラウンジ市民健康講座『気楽に語ろう、人生会議』
 - 令和5年10月5日開催 まちななかサロン『元気なうちから手帳の活用』
- 「人生会議」と「元気なうちから手帳」に興味のある方はぜひご覧ください。



6. 令和6年度 第1回在宅医療講座のご案内

テーマ：長崎の在宅医療
～もしもの時の医療と介護・そして人生会議～

講師：阿保外科医院 副院長 阿保貴章先生

日時：令和6年5月18日（土）14:00～16:00

場所：長崎市東公民館（東部地区にここセンター内）

内容：ご自宅や、施設における多職種チームのサポートによる在宅療養の実際と、自分、ご家族の意向に基づく、過ごし方、終末期の医療の選択（人生会議）について実例を挙げながらご紹介します。

定員：約100名（一般市民、医療・介護関係者）

参加費：無料

申込方法：事前に電話・FAX・Eメールにてまちななかラウンジにお申し込みください。（当日、会場でも受け付けます）お気軽にご参加ください。

令和6年度 まちななかラウンジ在宅医療講座第1回
長崎の在宅医療
～もしもの時の医療と介護・そして人生会議～

講座の内容
ご自宅や、施設における多職種チームのサポートによる在宅療養の実際と、自分、ご家族の意向に基づく、過ごし方、終末期の医療の選択（人生会議）について実例の例を挙げながらご紹介します。

- 講師 阿保外科医院 副院長 阿保 貴章 先生
- 場 所 長崎市長公民館 長崎中央上町19番1号（東部地区にここセンター内）
- 開催日 令和6年5月18日（土）
- 時 間 14:00～16:00
- 定 員 約100名（一般市民、医療・介護関係者）
- 参加費 無料
- 申込方法 事前に電話・FAX・Eメールにてお申し込みください。当日会場でも受付可です。
- 申込先 長崎市長公民館 まちななかラウンジ
長崎市長公民館 長崎中央上町19番1号
電話：095-826-3021
FAX：095-826-3021
Eメール：machinnaka@muse.ocn.ne.jp
（長崎市長公民館まちななかラウンジ）（休館）

まちななかラウンジ在宅医療講座申込書

| 氏名 | 性別 | 属性 | 参加人数 | 色 |
|----|----|----|------|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

申込先FAX: 095-826-3021（長崎市包括ケアまちななかラウンジ）



長崎市包括ケアまちななかラウンジ

医療・介護の相談受付
在宅医療・介護の連携支援
長崎市江戸町6-5 江戸町センタービル2階
TEL 095-893-6621 FAX 095-826-3021
Eメール machinnaka@muse.ocn.ne.jp
開設時間 月曜日～土曜日 9:00～17:00
（日曜・祝日・年末年始・8月15日はお休み）