おたより

このコーナーに掲載する皆さんからのご意見を募集しています。

広報ながさきのご感想やまちづくりについてのご意見をプレゼントクイズのコーナーにお寄せください。

掲載させていただいたかたには、図書カードをプレゼントします。

※お便りは、広報ながさきや市ホームページでの紹介、プレゼントの発送に利用します。

長崎のいろんなことを気軽に話しませんか?

■市民活動センター「ランタナ」

引越ししてきて戸惑うのですが、「ランタナ」と聞いても、場所や何の施設なのか分かりにくいです。

（音無町　60代のかた）

■ランタナは、市民の皆さんの「出会い」「気付き」「学び」の場です

市民活動センターランタナは、NPOやボランティアなど、非営利で公益的な活動をしている皆さんや、これから取り組んでみたいと考えているかたが、意見交換をしたり、情報収集をしたりするための施設です。花言葉で「協働や協力」という意味を持つ「ランタナ」が愛称として使われています。

センター内には、研修や会議などに利用できる会議室や交流スペース、市民活動団体の活動紹介コーナー、活動に関する相談窓口などを設置。さらに市社会福祉協議会のボランティア室も併設していますので、皆さん気軽に来てくださいね。

（市民協働推進室☎829・1125）

市民活動センターランタナホームページ

施設情報

開館時間　平日…8:45～22:00／土・日・祝日…8:45～17:30

休館日　12/29～1/3

施設　[有料]事務室、会議室、事務機器／[無料]交流スペース、作業スペース、メールボックス、ロッカー

場所　馬町21-1（市役所前バス停から徒歩5分、諏訪神社電停から徒歩3分）

その他　駐車場はありません

今月のプレゼント

お店 料亭御宿 坂本屋　商品 東坡煮（とうばに）（豚角煮）5個入り

「選（え）りすぐりの特産品はいかがですか?」長崎市ブランド振興会の会員が推奨するご覧の商品を今月は、**10名様**にプレゼント!!

創業127年の坂本屋の東坡煮は上質な豚三枚肉だけを使うこだわり。使い続けてきた元ダレにしょうゆや砂糖などを加え、2日かけて丁寧に作ったその味わいは「とろとろ、ほろり」と口の中でほどけます。卓袱料理の華ともいえる東坡煮をぜひご賞味ください。

問 金屋町2-13（☎826-8211）

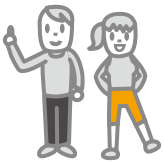
長崎坂本屋　検索

ちょっとおたより

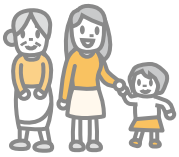
広報広聴課へ届くご意見・ご感想などを紹介！

暮らしに必要な情報がわざわざネットで調べなくても読むことで助かっています。（住吉町　50代のかた）

市民生活に密接な情報を提供していただいてありがたく思っています。地域センターの存在が行政サービスをスピーディー化していると感じています。（田中町　60代のかた）



さまざまなご意見をお待ちしています。



■元気なうちから話し合おう「人生会議」

父がまもなく90歳となります。元気なうちに「万が一のこと」について話をしなければと思うのですが、話をすることに抵抗があります。自分のことも含め、これからの過ごし方について考えたいと思います。（大浦町　60代のかた）

■大切な人に自分の想いを伝えよう

人生の終わりまで、あなたは、どのように過ごしたいですか？

あなたが望む医療や介護について、前もって考え、繰り返し話し合い、家族などあなたの「大切な人」と共有する取り組みを「人生会議」といいます。

「人生会議」は、もしもの時にあなたの大切な人が、あなたの代わりに、医療や介護についての決断をする場合に重要な助けとなります。

11月30日（いい看取り・看取られ）は人生会議の日です。これからの過ごし方について、自分の想いを伝え、大切な人と話し合ってみませんか？

■人生会議のきっかけづくりに「元気なうちから手帳」

長崎市では、人生の最終段階における医療や介護だけでなく、これからの生き方や希望について、元気なうちから考え、大切な人と話し合うきっかけづくりにしていただけるよう「元気なうちから手帳」を作成しています。

この手帳は、市の出前講座で配布しているほか、地域包括ケアシステム推進室、最寄りの地域包括支援センター、包括ケアまちんなかラウンジにも置いています。また、市ホームページからもご覧になれます。

自分らしく最後まで〝生ききる〟ために、ご家族や身近な人と人生会議をしてみてはいかがでしょうか。

（地域包括ケアシステム推進室　☎829・1421）

元気なうちから手帳（抜粋）

もしも、介護が必要になったら介護は誰にしてもらいたいですか？

□家族（　　）　□介護職員
□その他（　　）　□わからない

もしも、あなたが重大な病気になった場合、どうしたいですか？

□病名も余命も告知してほしい
□病名も余命も告知しないでほしい
□病名は告知してほしいが、余命は告知してほしくない
□その他（　　）　□わからない

人生の最期を過ごしたい場所は、どこですか？

□自宅　□施設　□病院
□その他（　　）　□わからない

市ホームページ

これから取り組みたいこと
（社交ダンスに挑戦、ボランティア活動など）
○
○

出前講座「人生会議をしましょう」

出前講座では、「人生会議」の概要や、「元気なうちから手帳」の活用方法などを分かりやすく紹介しています。

参加者からは「家族との話し合いのきっかけになり、親や自分のことを見つめ直す機会となった」「『人生会議なんて難しい』と思っていたが、我が身に迫っていることで早急に考えなければならないと思った」などの感想が寄せられています。

今月のクイズ

問　題

長崎の開港や長崎のまちの原点を感じることができる50年に一度のイベントは？（ヒントは、26～27ページ）

答え　長崎開港フェスタ○○○

応募方法・応募先

①○○○に入る答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥**11月号で興味を持ったコーナーまたは記事** ⑦広報ながさきのご感想やまちづくりについてのご意見などを必ず書いて、はがきかホームページで応募してください。
抽選で右欄のプレゼントを差し上げます。
締め切りは11月30日（火）消印有効です。

【はがき】〒850-8685　桜町2-22
長崎市「広報ながさき」プレゼント係
【市ホームページ】トップページ「市民参加」の「プレゼントクイズ」

発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。
お便りは、広報ながさきや市ホームページで紹介させていただく場合があります。

【10月号の答え】
ヴェルカ
※9月号には307通のお便りをいただきました。ありがとうございました。