



## もしものときのために「人生会議」

～自らが望む、人生の最終段階の医療・ケアについて話し合ってみませんか～

11月30日(いい看取り・看取られ)は、人生会議の日

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると、

約70%の方が、医療やケアなどを自分で決めたり望みを人に伝えたりすることが、できなくなると言われています。

自らが希望する医療やケアを受けるために大切にしていることや望んでいること、どこでどのような医療やケアを望むかを

自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有することが重要です。

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、共有する取り組みを「人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)」と呼びます。あなたの心身の状態に応じて、かかりつけ医等からあなたや家族等へ適切な情報の提供と説明がなされることが重要です。このような取り組みは、個人の主体的な行いによって考え、進めるものです。知りたくない、考えたくない方への十分な配慮が必要です。(厚生労働省HPより転用)



## やまもり やってみたい!をやってみよう

私たちかまくら冒険遊び場やまもりは、鎌倉市との協働事業で「かまくら冒険遊び場・梶原」を運営して6年になります。午前中は幼児親子、午後は小学生が遊びに来ます。裏山にはハイジブランコや小さな畑、どろんこ遊びができる土場、室内には読書や工作スペース、2階には卓球やボール遊びを楽しめる広いホールもあり、全天候型の冒険遊び場です。



その他に、2021年より子どもゆめ基金の助成を受け、「鎌倉の山を歩いて遊ぼう」を月に一度開催しています。毎回講師の方をお呼びして、鎌倉の里山や海を歩いて遊んで楽しむイベントです。保護者の方から離れスタッフと一緒に歩く小学生コースと、親子で一緒に楽しむ幼児親子コースの2つをご用意しています。

また、鎌倉峯山の会さんにご協力いただき、「山の手入れと山あそび」を不定期開催中。放課後の子どもたちの遊び場として里山にも出かけています。

小学生を対象に山の手入れをしながら、秘密基地を作ったり、季節のものを収穫したり。山で過ごす放課後時間です。

遊びは子どもの発達と大きく関わり、食事と共に、育つための重要な要素であると言われています。私たちと、地域で子どもの遊ぶ場を育て、子どもの遊びを見守りませんか?

### NPO法人かまくら冒険遊び場やまもり

＜かまくら冒険遊び場・梶原＞  
開館時間:毎週火・水・金・土の10時～17時  
(祝日はお休み)  
住 所:鎌倉市梶原4-4-2  
連絡先:0467-47-1433  
詳細情報・お申込み



ホームページ



Instagram



鎌倉の山を歩いて遊ぼう



山の手入れと山あそび

## 11月14日「世界糖尿病デー」をご存じですか?

今や成人の10人に1人が糖尿病といわれ、2021年の糖尿病世界人口は5億3700万人と爆発的な増加を続けています。中でも日本を含むアジア・太平洋地域には糖尿病患者の約1/3が集中しています。初期の糖尿病は自覚症状が少ないのですが、進行すると致命的になり、全世界では糖尿病の合併症で1年間に670万人以上が死亡し、5秒に1人が命を奪われているのが現状です。



これに対し国連は、インスリンを発見したバンティング博士の誕生日である11月14日を「世界糖尿病デー」に制定し、2007年から世界各地で糖尿病の予防や治療などの啓発活動を推進しています。この日は全世界で様々な糖尿病関連のイベントが開催され、日本でも各地の有名な建造物を糖尿病デーのシンボルカラーであるブルーにライトアップしたり、糖尿病に関する講演会や街頭での啓発活動などのイベントが実施されています。

ここ大船では2015年から毎年、大船観音寺で「世界糖尿病デーIN大船」を開催してきました。今年で11回目を迎えますが、新型コロナウイルスの影響で今年も講演会は控え、11月10日(月)～16日(日)の午後5～8時まで大船観音様をブルーライトアップいたします。この機会にご自身で、あるいはご家族や大切な方と、糖尿病や糖尿病予防への取り組みをお考えいただければ幸いです。

「世界糖尿病デーIN大船」実行委員会

## みんぴょん通信(20)

鎌倉市民児協広報班



みんぴょん

### 民生委員・児童委員の活動を紹介します(6月28日の大規模断水時)

6月28日(土)の未明に浄明寺周辺で水道管が破裂し、鎌倉市内約1万世帯に影響する大規模な断水が発生し、長時間にわたり生活水の確保に苦労されました。

防災無線がよく聞き取れなかった方も多く、当該地域の民生委員・児童委員は見守り対象のご家庭に断水の状況を伝えるとともに、自治会・町内会などと協力して地域の方々の水の確保に協力しました。



⇐背負える給水バッグ  
子供でも背負うことができ、運搬がしやすい  
又、普段はたたんで置けるので保管場所に困らない

7月30日(水)には日本の広範囲の都道府県に津波警報が発令されました。幸い、被害が出ることもなく済みましたが、災害はいつやって来るかわかりません。

改めて水や食料の備蓄を確認するとともに、電気やガスといったライフラインへの備えも重要です。地域全体での助け合いと日頃からの備えが求められています。



警報発令中の江ノ島海水浴場

民生委員・児童委員は、災害発生時にも自治会・町内会をはじめとする地域の様々な団体と協力して活動することを心がけています。

災害時における防災無線が聞き取りづらい場合があります。そのため、鎌倉市からの適切な情報を得ることができるよう鎌倉市公式LINEアカウントの登録をお勧めします。

登録はこちらから⇒



※民生委員・児童委員についてのお問い合わせは、鎌倉市生活福祉課(0467-61-3958)までご連絡ください。

海と街、  
デュアルな暮らしを  
支えます

軽費老人ホーム  
鎌倉静養館

稲村ガ崎3-13-53  
☎0467(22)3245

\*\*\*\*\*介護職員募集中\*\*\*\*\*  
お問合せをお待ちしています!!



年金で暮らせる  
施設です