

ひたちなか市 健康・絆・終活フェス

～今から考えよう「最期まで自分らしい暮らし」のヒント～

医療と介護が必要な状態になっても、住み慣れた地域で安心安全で自分らしい暮らしを最期まで続けるために、健康や自宅での医療・介護など、より良い人生の過ごし方を考えるきっかけとなるよう「ひたちなか市 健康・絆・終活フェス」を開催します。

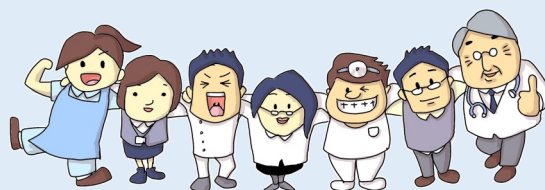
健康



いつまでも元気で自分らしい毎日を過ごせることは、誰もが望むことです。健康寿命を延ばす運動、脳トレ、体力測定など「健康」に関するヒントがあります。

絆

医療と介護が必要な状態になった場合、周囲の理解と支えが大切です。また、地域の医療や介護のことについても知る必要があります。VRによる認知症体験や医療・介護関係者の取組紹介など、これからの地域での「支え合い（絆）」に関するヒントがあります。



イベントスケジュール

10:30～12:00

開会・基調講演

テーマ：『最期まで自宅で自分らしく～天寿を支える在宅医療～』

12:00～15:30

体験・相談・アトラクションコーナー



- ・VR認知症体験
- ・高齢者疑似体験
- ・納棺体験
- ・介護食の試食
- ・元気アップ体操
- ・体力測定
- ・医療・介護の紹介・相談コーナー
- ・スタンプラリー など

13:30～

死の体験ツアー

(講演会)



基調講演を行う
太田 医師

あなたはどこで最期を迎えますか。これからの超高齢社会における「在宅医療」や大切なものの連続した喪失を疑似体験することにより死を体感する「死の体験ツアー」講演など「終活」に関するヒントがあります。

終活

平成30年

日時

10月21日 日
10:30～15:30

「基調講演」及び「死の体験ツアー」は事前申込が必要です

場所

ワークプラザ勝田

ひたちなか市大字東石川1279番地

参加費
無料

主催 ひたちなか市在宅医療・介護連携推進協議会、ひたちなか市

共催 ひたちなか市医師会、ひたちなか市歯科医師会、ひたちなか薬剤師会、ひたちなか市介護サービス事業者連絡協議会
ひたちなか介護支援専門員協会、茨城県リハビリテーション専門職協会、訪問看護ステーション県北ブロック(ひたちなか支部)

お問合せ ひたちなか市 高齢福祉課 在宅医療・介護連携推進室

Tel 029-273-0111(内線7235) Fax 029-354-6467

ひたちなか市 健康・絆・終活フェス

いつまでも健康に生きる

体と脳を動かすイベント

高齢者のための体操や脳トレ、体力測定コーナー

- 元気アップ体操
- シルバーリハビリ体操
- 体力測定
- 認知症カフェ



高齢者を支える地域の絆

医療・介護の体験イベント

疑似体験や介護食の試食、福祉用具の体験などにより、認知症や高齢者への理解を深めます。

- VR認知症疑似体験
話題のVRで認知症の方の世界をのぞいてみよう。
- 高齢者疑似体験
- 福祉用具展示・体験
- 介護食の試食
- 消防によるAEDの使い方など
- 情報共有ICTツール「電子@連絡帳」操作体験
在宅で療養する高齢者の情報を医療・介護関係者間で共有する「電子@連絡帳」を紹介
- 劇団☆まる星による寸劇
普段の生活で起こりうる認知症の事例について、寸劇により適切な対応を紹介



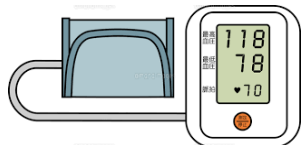
高齢者を支える医療・介護の絆

医療・介護の紹介・相談コーナー

地域の医療・介護を担う市医師会、市歯科医師会、薬剤師会、介護事業者などによる取組の紹介や相談ブースを設置します。血圧、血管年齢、骨量、口腔内細菌数の測定なども実施します。

【出展団体】（順不同）

- ひたちなか市医師会
- ひたちなか市歯科医師会
- ひたちなか薬剤師会
- ひたちなか介護サービス事業者連絡協議会
- ひたちなか介護支援専門員協会
- 茨城県リハビリテーション専門職協会
- 訪問看護ステーション県北ブロック（ひたちなか支部）
- ひたちなか市社会福祉協議会
- ひたちなか市おとしより相談センター
- ひたちなか市健康推進課
- ひたちなか市在宅医療・介護連携推進センター



自分らしい最期を考える

講演会

各先着300名

終末期の医療などに関する講演会

- 基調講演（10：30～12：00）

- 講師 医療法人アスミス
理事長 太田 秀樹 医師
- 演題 『最期まで自宅で自分らしく～天寿を支える在宅医療～』



- 内容 これまでの太田医師の取組などを踏まえた、超高齢社会における在宅医療について

- 死の体験ツアー講演（13：30～15：00）

- 講師 茨城東病院
副看護師長 関口 智子 看護師
- 内容 大切なものの連続した喪失を疑似体験することにより死を体感し、「生」を考える。また、死に直面する患者に対する看護師の役割やエンディングノートの活用方法等について

申込方法

9月5日（水）から電話で申込受付開始
参加希望者全員の氏名、住所、電話番号、参加希望講演名を伝えてください。※基調講演、死の体験ツアーとも先着300名（要事前申込）

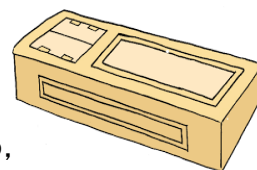
申込先

ひたちなか市 高齢福祉課
TEL 029-273-0111 内線7235

終活イベント

- 納棺体験

お棺に入り自分自身を見つめ、「生」を感じるひとときを体験してください。



子どもも楽しいイベント

アトラクションなど

- スタンプラリー

全部そろったらポップコーンと交換しよう

- ドクター・ナース体験（子ども対象）

白衣・ナース服を着てお医者さん・看護師さん気分

- フェルトでつくろうロバ隊長（子ども対象）

認知症サポーターキャラバンマスコット「ロバ隊長」づくり

- スーパーボールすくい（子ども対象）

- バルーンアート

- 福祉の店による昼食・物品の販売



<ロバ隊長>