

区民発の講座をつくろう シリーズ7

何を一番大切にしたいのか
今もこれからも自分らしく生きる

ACPについて考えてみよう!

(Advance care planning)

ACP(人生会議)とは、あなた自身が病気になったり、介護が必要になったりしたときに備えて、これまで大切にしてきたことや、これから誰とどのように過ごしたいか、希望する医療や介護のことなどについて、家族や大切な人とあらかじめ考え、繰り返し話し合うプロセスのことです。

「わたしの思い手帳」を作しましょう!

参加費500円

先着40名

(定員になり次第
締め切り)

[日時] ▶▶▶ 2月24日(金) 14:00~16:00

[会場] ▶▶▶ なかのZERO学習室2

(中野区中野2-9-7)

[講師] 千葉さゆり氏 (中野区地域支えあい推進部
地域包括ケア推進課)

- ACPとは・・・エンディングノートとの違い
- 「もしバナゲーム」体験
- 今の自分の考えを書きとめ、共有する



お申し込みはこちら

コロナウィルス感染防止対策のため、マスク着用でご参加ください

お申込みの詳細
は裏面に

中野区区民公益活動政策助成事業

主催:なかの生涯学習サポーターの会
ACP講座実行委員会
共催:なかのZERO指定管理者

◆申し込み

往復はがき(宛先〒164-0001中野区中野2-9-7 なかのZERO生涯学習課)

氏名・住所・電話番号・年齢・メールアドレス・講座名を記載
または、[なかのZERO生涯学習課ホームページ](#)にて



◆受講対象

地域学習に関心のある、区内在住・在勤・在学の方

◆定員

40名(定員になり次第締め切らせていただきます)

◆参加費用

500 円 (資料代、保険料含む 当日会場でお支払いください)

注) 新型コロナウイルス感染拡大の際は、延期または中止にさせていただく場合があります。

《お問い合わせ》

- なかのZERO生涯学習課
- TEL 03-5340-5011
(受付時間9:00~18:00)



中野区生涯学習
キャラクター
まなビーバー

「区民発の講座をつくろう シリーズ」は、2021年から中野区民が地域や地域課題を考え、学び合いながら共有するために講座として発信するものです。開始1か月前くらいから、区内各所にチラシを配布しますので、たくさんの皆様の参加をお待ちしています。

区民発の講座をつくろう シリーズ 7

なかの生涯学習サポーターの会

中野区民の生涯学習、文化芸術活動の振興に貢献し、区民が活動しやすい環境を整えます。目標を達成するために区・指定管理者と話し合い、協働して区民の声が活かされた生涯学習・文化活動を進めています。

中野区中野2-9-7 (中野駅南口より徒歩8分)



「個人情報の取り扱いについて」

本講座への応募にあたりいただいた個人情報は、事務連絡など講座の実施に関する場合のみに使用させていただきます。また、お預かりした個人情報は適切かつ安全に管理し、個人情報の漏洩、滅失またはき損を防止する保護策を講じています。個人情報に関するお問い合わせ:なかのZERO総務広報課TEL 03-5340-5035まで。