



考えてみませんか?

住み慣れたまちでいつまでも自分らしく、心豊かに生活できるように。

## 人生100年時代

自分のために、家族のために

# 思いを残す

参加費  
無料

エンディングノート作成講座【全3回】

### 会場

○多摩区ソーシャルデザインセンター(多摩SDC)事務所

(川崎市多摩区登戸1775-1多摩区役所1階)

○多摩区役所 生田出張所 (川崎市多摩区生田7丁目16-1)

○「結」ケアセンターいくた地域連携室 (川崎市多摩区南生田1丁目31-7)

### 講師 星 亙 (わたる) さん

地元川崎生まれ、川崎育ち  
母の介護をきっかけに会社を退職し、  
行政書士になる。相続、遺言に強い。  
もっと早くやっておけばよかったという声  
が多いことから、講座を開くことで多くの  
人に知ってもらいたいと思っている。

### 案内 俵 隆典

- ・多摩SDCスーパーバイザー
- ・川崎市 生活支援コーディネーター
- ・川崎市 市民後見人
- ・キャリアコンサルタント
- ・認知症キャラバンメイトとしても活動しており、認知症に強い。

### 特別講座

2024年  
早稲田大学一受けたい授業  
「デス・エデュケーション」

日時 3月8日(土) 10:00~12:00

場所 多摩区役所11階会議室

早稲田大学非常勤講師

小川 かをり さん

「デス・エデュケーション」とは  
「死への準備教育」とも呼ばれ、  
死を正面から見つめることで、命の尊さを知り、  
よりよい人生を送ることを目指す教育です。  
死について考えることで、限りある「生」をより  
自分らしさを発揮し、充実したものにすることを  
目的とされています。

詳細は裏面へ!

(一社)多摩区ソーシャルデザインセンター (略称: 多摩SDC)

☎ 044-218-4422 (平日10:00~16:00)

✉ toiwase@tama-sdc.com

担当: 蒲 菜南



多摩SDC  
ホームページ

→→→



## 第1回

# 自分と家族の思いとは？

- (1) 経験者からのメッセージ（家族・介護スタッフ・看護師）
- (2) メッセージを残す必要性

|                           |            |             |                   |
|---------------------------|------------|-------------|-------------------|
| 日時・場所<br>①~③の内容は<br>同じです。 | ① 12/21(土) | 10:30~12:00 | 生田出張所             |
|                           | ② 12/21(土) | 15:00~16:30 | 多摩区役所1階 多摩SDC事務所  |
|                           | ③ 12/24(火) | 10:30~12:00 | 「結」ケアセンターいくた地域連携室 |

## 第2回

# 思いを残す

- (1) エンディングノートの説明
- (2) これまでの人生の振り返り

|                           |           |             |                   |
|---------------------------|-----------|-------------|-------------------|
| 日時・場所<br>①~③の内容は<br>同じです。 | ① 1/14(火) | 10:30~12:00 | 「結」ケアセンターいくた地域連携室 |
|                           | ② 1/19(日) | 10:30~12:00 | 生田出張所（予定）         |
|                           | ③ 1/19(日) | 15:00~16:30 | 多摩区役所1階 多摩SDC事務所  |

## 第3回

# その時、なにが起こるのか

- (1) 介護
- (2) 病気・もしものとき
- (3) 家族への伝言

|                           |           |             |                   |
|---------------------------|-----------|-------------|-------------------|
| 日時・場所<br>①~③の内容は<br>同じです。 | ① 2/18(火) | 11:00~12:30 | 「結」ケアセンターいくた地域連携室 |
|                           | ② 2/23(日) | 15:00~16:30 | 多摩区役所1階 多摩SDC事務所  |
|                           | ③ 2/23(日) | 10:30~12:00 | 生田出張所（予定）         |

(③に関しまして、日時は変更になる可能性があります。)

## 【お申込み】

お電話（044-281-4422）か

メール（toiawase@tama-sdc.com）にて、

①お名前・連絡先（電話番号・メールアドレス）

②参加希望日

③参加希望会場

をお伝えください！



一緒に活動してくださる方も  
募集中です！

(一社)多摩区ソーシャルデザインセンター（略称：多摩SDC）

☎ 044-218-4422（平日10:00~16:00）

✉ toiawase@tama-sdc.com

担当：蒲 菜南

多摩SDC  
ホームページ

→→→

