

自分の暮らしを考える講座 in わたせハウス

ちゃんと

丸投げしない老後の暮らし方
介護を受けていても人生の主役は自分



テーマ：マイケアプラン学習会

日時：11月4日(火) 10:00～12:00

講師：全国マイケアプラン・ネットワーク
島村八重子さん

場所：青葉区大場町174-280
大場町みんなのいえ<わたせハウス>

参加費：500円（資料代）

問合せ：わたせハウス ☎045-777-7225

ケアプラン
って？

自分で
できるの？

介護保険が
変わる？

2000年から始まった介護保険制度は、2015年度に大きく変わります。予定では来年4月から要支援1, 2の人は国の制度の介護保険本体の給付からはずれ、訪問介護（ヘルパーさんを頼むこと）や通所介護（デイサービスの利用）ができなくなります。その代わり市町村が地域支援事業としてなんらかのサービスを提供していくことになりそうですが、まだよくわかっていません。今回の講座は、制度や社会が変わっていくなかで、自分や家族の老後をどう組み立てていくかを考えるヒントとして「全国マイケアプランネットワーク」の方を講師に迎え、「**ケアプランを自分でたてるということ**」をテーマに企画しました。介護の事を考え始めた方、渦中にいる方もぜひご参加ください。

※全国マイケアプランネットワークとは

介護保険のケアプランを自分で作ろうという利用者と家族、および賛同者のネットワークです。ケアプランは、利用する人が快適な生活を送るために訪問介護、訪問看護、デイサービス、福祉用具の貸し出し、ショートステイなどのサービスをどのように受ければいいのかを考えるもの。そんな生活の根幹に関わる大切なことは、当事者が自分で考えようよ！と自己作成（セルフケアプラン）を視野に入れた利用者が集まりました。そしてありがたいことに、福祉・医療などの専門家を含むたくさんの方が応援団になってくださいました。

互いに情報交換をしたり、専門家の助言をいただいたり、介護保険についての勉強をしたりしながらケアプランを立て、介護を取り巻く問題を当事者側から発信していきます。

多くの人はいつか、大なり小なり誰かに支えられなければ生活できなくなる日を迎えます。

どんな状態になっても、あるがままの自分を受け容れて最後まで自分の生活は自分で組み立てよう、それがマイケアプランです。（代表 島村八重子）02/07/15