



# nadeshico 通信



今年の冬は暖かい…?と思ったとたん急に寒くなりました!  
皆さま、冷たい木枯らしに体調崩されてはいないですか?  
今年もあとわずかになりました。どんな一年だったでしょうか。  
悪い事は今年ですませて、良い事と一緒に新しい年を迎えたいですね。

## 11月23日(金・祝) 勉強会

看護師の高橋さんと植村さんで企画して頂いた、アドバンス・ケア・プランニング(Advance Care Planning 略してACPと言います)についてのお話をして頂きました。

『もしものときのために 人生の終わりまであなたはどのように過ごしたいですか?』という、ちょっと引いてしまうような話題ですが、始めに高橋さんから少しだけ説明があり、あとはカードゲームをしながら、自分の大切にしている事は何か、時には深刻に、時には笑い合いながら話し合いました。他の人が選んだカードの理由を聞くとまた自分の考えも変わったりします。

明るい話題ではないからこそ、家族や大切な人達に伝えたい事を考えておくのも大切ですね。

ちなみに、植村さんは自分の棺に大好物のお母様特製・お好み焼きを入れて欲しいのだそうです(^v^)



分かり難くてすみません。こういうカードです。

## 次回 新年1月14日(月・祝) 13時~15時

次回の内容は未定です。次期役員さんの立候補も募ります。  
なでしこ会でやって欲しい事、やって欲しくない事も、いろいろどんどんご提案下さい☆  
来年もどうぞよろしくお願ひします。皆さま良いお年をお迎えください。

