



親しみやすいお話が好評だった吉川美津子さん

# 人生100年時代！ これからの暮らしを一緒に 考えてみませんか？

「ゆいま～る神南」は、今年も「自由に自分らしく」「人と緩やかにつながる」暮らしを応援し、医療や介護が必要になっても、地域の社会資源と連携して暮らし続けられるためのサポートを行っていきます。そういう「ゆいま～る神南」の特徴を広く皆さんに知っていただくために、昨年も様々なセミナーを企画してきました。昨年11月4日に行われた「ゆいま～るセミナー」を振り返りながら、あらためて「ゆいま～る神南」の特徴をご紹介します。今年も「ゆいま～る神南」をよろしくお願いいたします。

## 2 019年11月4日、特別ゆいま～るセミナー

「人生100年時代、60・70・80・90代 これからの暮らしを考える」が名古屋都市センターにて開かれました。第一部「ひとり力」を鍛える終活」と題してお話しいただいたのは、社会福祉士・終活葬送ソーシャルワーカーの吉川美津子（きつかわみつこ）さん。

葬儀や仏壇、お墓などにくわしく、終活業界に長くおられる吉川さんがおっしゃるには、「終活の第一歩は身辺整理」だそうです。

高齢者の事故の77%が自宅で起こっていることを例に挙

げながら、「ちょっととした事故で歩けなくなったケースも多い。歩けなくなると認知症のリスクも高くなる。まずは安全に暮らすというところから、身辺整理をすすめてい。そして「すべる、つまずくを無くして、整理整頓しやすい空間にすることが大事」とお話しくださいました。「ゆいま～る神南」が目指す「健康寿命を延ばす」ためにも、「身近な危険」を取り除くことが大切だと再認識できました。

また、吉川さんは、「最期をどう迎えるか、亡くなった後はどうするか、についても考えておきたい」と話されました。病名・余命はどう告知

されたいか、家の処分や財産はどのようにするのか、葬儀やお墓はどうするかなど、自分はどうしたいのかを明確にし、意思表示しておくことが大切だそうです。

終活について考えていくと、おひとり様はもとより、遺族の負担にならないようにと考える人なら誰でも、決めておいた方がいいことはたくさんあります。情報を集め、ひとつひとつに対応していくには、相当な気力・体力が必要です。

そのためにも、お元気なうちに今後について考えたいものはその一つかもしれませんね。第2部では、「ゆいま～る神

南」にお元気なうちに住み替えたり入居者お2人から、「毎朝5000歩の散歩が日課」「お気に入りの喫茶店でのモーニングが楽しみ」「クイズの本で頭の体操をしている」「自転車や図書館や買い物に行く」など生き生きとした実際の暮らしぶりが紹介されました。

お元気なうちに住み替えて、健康寿命を延ばし、年齢を重ねても自分らしく豊かな老後を過ごす。そして、介護が必要になっても、地域の社会資源を使って、自分らしく暮らし続ける。「ゆいま～る神南」は、そんな暮らしのお手伝いをしていきます。

今年も、高齢者の皆さんに

役立つセミナーや、昨年好評だったバス見学ツアー（ゆいま～る神南、ゆいま～る大曽根をバスで回ります）も続けて行っていますので、ご興味のある方はどうぞお気軽にお問い合わせください。

※特別ゆいま～るセミナー「人生100年時代、60・70・80・90代 これからの暮らしを考える」の詳細い報告につきましては、ホームページ（ゆいま～る神南）をご覧ください。

※「ゆいま～る神南」の今後のセミナーや見学会情報については、ホームページ（ゆいま～る神南）見学会情報をご覧ください。「ゆいま～るステーション名古屋」（金山駅から徒歩3分）でもセミナー等開催しています（裏面参照）。

お気軽にお越しください!!

# 高齢者住宅案内所 ゆいま～るステーション名古屋



「ゆいま～るステーション名古屋」では、「今は元気だけど、将来が不安」  
「家の管理が負担になってきた」「年をとったら生活に便利なところに住みたい」  
「離れて暮らす親を呼び寄せたい」など、高齢者住宅に関するご相談を承ります。  
お近くにお越しの際は、ぜひお気軽にお寄りください。

## 高齢者住宅をご紹介します

お話を伺い、「ゆいま～る神南」「ゆいま～る大曽根」をご紹介します。  
ご希望によって、ほかの高齢者住宅もご案内いたします。

## 高齢者に役立つ情報をお届けします

**ゆいま～るカフェ**…スタッフが基本的なテーマをわかりやすく説明します。  
「高齢者住宅の選び方」「ゆいま～るの暮らしを知ろう」など。

**ゆいま～るセミナー**…テーマを決めて、専門家のお話を伺います。

「高齢者住宅の種類としくみ」「重要事項説明書のポイント」  
「お片付けの⑧テクニック」「“おひとりさま”のための後見人」など。

★このほか、「シニアのための英語教室」も開かれています。

## 2月からスタート!! おしゃべりサロン「ゆいま～る」の暮らしを聞く会

2月から毎月2回、「ゆいま～る神南」「ゆいま～る大曽根」に暮らしている  
入居者から、直接お話が伺えます。住み替えた理由、生活の利便性、  
新しい暮らしについて、困ったことなど、ホンネが聞けるチャンスです。

★毎月第1金曜日…「ゆいま～る神南」入居者に聞く会

★毎月第3金曜日…「ゆいま～る大曽根」入居者に聞く会



## ゆいま～るステーション名古屋

[場所] 〒460-0022 愛知県名古屋市  
中区金山1丁目15-2 ネストF2 1階

[営業時間] 10:00～16:30

[定休日] 月、祝日 ※相談無料

[フリーダイヤル] 0120-812-560



今年も高齢者の暮らしに役立つ様々なセミナーを随時開催いたします。金山駅から徒歩3分! 「ゆいま～るステーション名古屋」まで、ぜひお立ち寄りください。

※今後のセミナー情報は  
ホームページで詳しく紹介  
しています。



# 名古屋にふたつの 「ゆいま～る」

現地  
見学会  
毎日開催

[入居相談室].....

フリー  
ダイヤル **0120-812-560** (10:00-17:00)

## ゆいま～る 神南

ホームページ  
<https://yui-marl.jp/jinnan/>

〒455-0021 愛知県名古屋市  
港区木場町6番18  
ビレッジハウス  
木場タワー101

## ゆいま～る 大曽根

ホームページ  
<https://yui-marl.jp/ozone/>

〒462-0810 愛知県名古屋市北区  
山田 二丁目11番62号  
大曽根併存住宅  
1棟1階