

「終活を考える③ よい介護とよき看取り」

「よい介護、よき見取り」とは…。これまでの介護の常識をいったん横において、本当の生活に即した暮らしの選択とは何なのか、自立のための生活に即したりハビリはできているのか。豊かな介護とは、何なのかを一緒に考えます。

ケアプランを自分で作成してもよいことをご存じでしょうか。機械を使用しないで入浴したほうが安心でき、気持ちよく入浴できることをご存じですか。現在使用の手すりやテーブル、椅子の形状、設置の仕方がヒトの身体機能にあっているのかをもう一度考えてみませんか。木製の風呂やテーブル、椅子などを実際に触っていただき、実感していただきます。

講師のおひとり・斎藤洋子さんのお母様(90歳)は、12年前に脳梗塞を患い、右麻痺となりました。現在、要介護度3と認定されています。その間、肺炎を2回発症し入院、右肩と肘の骨折を繰り返しましたが、小規模多機能型居宅介護を利用して、夫と2人、自宅で暮らし続けています。施設の暮らしを選択しない理由があります。お聞きしたいと思います。

介護の現場で働いておられる方、ご本人、家族など双方にとっての学びの機会としたいと思います。多くの皆様のご参加をお待ちしております



《講師》リハビリデザイン研究所 山田譲・斎藤洋子

1/16(土) 10:00～12:00

- 場所：1階 / アート教室
- 参加費無料
- 申込：0287-74-3434
- 主催：那須まちづくり株式会社



ZOOMでの参加も可能です

講演会

これからの医療について～統合医療の視点から



心身共に安心できる暮らしのためには、生活環境をはじめ、多様な備えが必要です。那須まちづくり広場では統合医療(近代医療だけでなく、マッサージや食事などを“統合的に”活用した医療)を進めており、マクロビオティックの料理教室や鍼灸の施術などを広場で実施しています。1月は、今年から月に一度の無料相談コーナーを設けていただける那須烏山市熊田診療所所長の有我直宏先生にお話いただきます。これからの暮らしのためのヒント満載の講演です。ぜひお出かけください。

1月27日(水) 14時～15時半

《講師》有我 直宏

- 場所：1階 / アート教室
- 参加費無料
- 予約・お申込み：090-6114-3525(楠木)
- 主催：統合医療をすすめる会

アートギャラリー展

いっせつ 一雪展と 生徒の小作品



小学生の時の書道の先生のご指導の熱意に子供心を動かされ、私もこういう先生になりたいと固く心に決めて、書道の道を歩んで四半世紀。今は、書道をなさる方々の個性を見出し、楽しんで書けるように!と心がけています。書を通じて、その人のお役に立ち、ともに喜びあうことが生きがいとなっています。

1月7日(木)～31日(日) 火曜日休み

- OPEN 9:00～16:00 ● 場所：アートギャラリー
- 主催：問い合わせ先：那須まちづくり広場

第12回定例会

人生100年・まちづくりの会

那須まちづくり広場自立と共生プロジェクト

那須まちづくり広場(旧朝日小学校)が
2022年春にリニューアルオープン!します。

今回から、1時間早く始まりますので、お間違いない!
校庭に新築する、自立の方のサービス付き高齢者向け住宅50戸の配置の話し合いをします。間取りの希望の聞き取りの次は、居室のむきです。
今のスケジュールは、工事開始が7月頃で、2022年遅い春に引越し可能です。

1月16日(土) 13時～

- 場所：アート教室 ● 参加無料
- 主催：問い合わせ先：那須まちづくり広場



バザーのために備蓄していた品々を放出いたします。小学校の理科の教材などもあります。是非取りに来てください!!
掘だしもの多数!!



那須まちづくり広場「楽校」

—あなたとわたしの交流拠点 ここからはじまる新しい暮らし方—

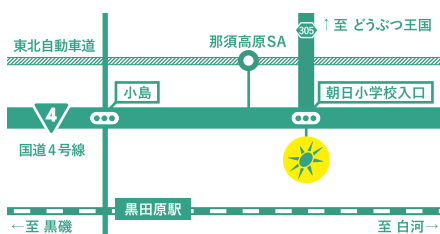
2021
1月

初夢

※新型コロナウイルス対応のため、イベントを中止または延期する場合があります。最新情報はお問い合わせください。

※「労働者協同組合法を共に学ぶ会」は、1月から「ワーカーズコープで共に働く働き方」の説明を希望される方に直接ご連絡をいただきご説明することになりました。こちらに連絡をお願いいたします→NPO法人ワーカーズコープ 担当：人見 tel:090-1204-5453 / 028-611-3544 mail : n-hitomi@roukyo.gr.jp

日付	時刻	内容	講師・予約申込・問い合わせ先	参加費	場所
毎週 木曜日	10時半～16時	木曜ランチ ～あや市場の食材を使った季節の野菜たっぷりなプレート～	担当：薄井 史子 e-mail: hibi.okashi@gmail.com	800 円	カフェ「ここ」
7日～31日	9時～16時 ※火曜定休	一雪(いっせつ)展と生徒の小作品 会期：1月7日(木)～1月31日(日)	主催：那須まちづくり広場 申込：0287-74-3434	無料	アート ギャラリー
8日 22日	13時～14時半	書道教室 (道具はご持参ください)	講師：針生一雪 申込：0287-74-3434	1000 円	1-4 共生の居場所
10日(日)	10時～12時	オシャレな色鉛筆教室 ～色鉛筆で花を…誰でも楽しく簡単に描けます～	講師：阿部素尚 申込：0287-74-3434 (広場)	1000 円	アート教室
11日 (月・祝)	11時～14時	ワンデイシェフ『タイカレー食堂』 ～選べる3種のタイカレー、生春巻き付き～	シェフ：薄井 史子 e-mail: hibi.okashi@gmail.com	1000円他	カフェ「ここ」
16日(土)	10時～12時	特別講演 「終活を考える③ よい介護とよき看取り」	講師：リハビリデザイン研究所 山田譲、斎藤洋子 申込：0287-74-3434 (広場)	無料	アート教室
16日(土)	11時～13時	お好み食堂 ～冬到来！おでんはいかが～	シェフ：猫の手クラブ 問合せ：090-9822-8757 (近山)	800円～	カフェ「ここ」
16日(土)	13時～15時	第12回「人生100年・まちづくりの会」	担当：佐々木敏子 申込：0287-74-3434 (広場)	無料	アート教室
17日(日)	10時～12時	広場の植栽・防災・環境共生を考える ～畑・たい肥づくりなどの企画です。参加されませんか～	担当：鍋木孝昭 申込：090-6114-3525	無料	アート教室
18日(月)	12時～15時 (最終受付14時)	第28回「エネルギー療法体験教室」 ～お花生け、ハーブティとお菓子つき、エネルギー療法～	主催：MOA 栃木 問合せ：028-635-7305	30分 500円 60分1000円	アート教室
19日(火)	9時半～11時半	那須広場塾 「地域発のエネルギーを考える(その2)」	担当：鍋木孝昭 申込：090-6114-3525	無料	カフェ「ここ」
27日(水)	14時～15時半	統合医療をすすめる会・講演会 「これからの医療について～統合医療の視点から」	講師：有我直宏 申込：090-6114-3525 (統合医療をすすめる会 鍋木)	無料	アート教室



〒329-3225 栃木県那須町豊原丙1340
TEL / 0287-74-3434
Fax / 0287-74-3447
mail / info@nasuhiroba.com
営業時間 / 9:00～16:00
「コミュニティカフェここ」と「あや市場」は火曜日定休
nasuhiroba.com

◎よろず相談所の生活相談をご利用ください
地域の生活相談所として、住宅、介護、農業、移住など困りごとの相談を受け付けてます。相談の方は電話で予約いただくか、毎週火・木・土の10時～16時の常駐相談日にお越しください。
相談無料(電話代相談者負担)
申込・相談予約受付電話：0287-74-5011
(10時～16時)