

いつまでもわたしらしく生きるために
「わたしの想い」からはじめる



人生会議



人生100年時代、「将来への漠然とした不安」「家族に迷惑をかけたくない」「想いをどう伝えればよいかわからない」——そんな悩みを抱えていませんか?この講座では、もしもの時に備えて大切な人と想いを共有する人生会議について学びます。新しく生まれ変わった「わたしの想い～こころのメモ帳～」をご紹介します。

人生会議は、決して重く堅苦しいものではありません。いつまでも自分らしく生きるために、人生会議をはじめてみませんか?

プログラム

1 わたしらしく生きるための人生会議

大垣市民病院 呼吸器内科 部長 中島 治典

2 「わたしの想い」の軌跡

3 改訂! 「わたしの想い
～こころのメモ帳～」
活用法

はやかわ訪問看護ステーション 古池 美由紀
大垣市地域包括支援センター 日比野 潤



4 「わたしの想い」からはじめる
人生会議

大垣市医師会 会長 沼口 諭

*「わたしの想い～こころのメモ帳～」は当日参加者の皆様に配布いたします

参加無料・要事前申し込み

申し込み期間 | 2/16日～3/18日

日時

令和8年

3月22日 日

午後1時30分～3時(受付開始:午後1時)

会場

大垣市情報工房

5階スィンクホール

〒503-0803 大垣市小野4丁目35番地10

TEL (0584)75-7000

定員 250人(先着順)

対象 市内在住・在勤の方

申込方法 二次元コード、電話、FAXの
いずれかよりお申し込みください

「人生会議」

(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)とは?

あなたが大事にしていることや望んでいること、
どこで、どのような医療・ケアを受けたいかを、
自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たち
と共有しておくことです。



いつまでもわたしらしく生きるために
「わたしの想い」からはじめる
人生会議

参加申込書

定員
250人(先着順)
参加無料
要事前申し込み

以下のいずれかの方法で、2/16日～3/18日にお申し込みください。

1 | インターネットフォームからの申し込み

右記の二次元コードからサイトにアクセスし、
お申し込みください。



2 | 電話での申し込み

 (0584)47-7416 大垣市役所 高齢福祉課

3 | FAXでの申し込み

 (0584)81-6221 大垣市役所 高齢福祉課

下記に必要事項をご記入の上、送信ください。

氏名	年齢	住所	電話番号
ふりがな		大垣市	
ふりがな		大垣市	