

# 大井第三支え愛・ほっとステーション ほっとレター

令和6年11月号

## 成年後見制度 講座 「頼り上手になろう」



当日は35名の方に  
ご参加頂きました

大井第三支え愛・ほっとステーションでは10月3日に地域交流会を開催致しました。品川区社会福祉協議会内の品川成年後見センターより講師を招き「頼り上手になろう」をテーマに「成年後見制度」について学びを深めました。

裏面で内容を  
ご紹介します♪



大井第三支え愛・ほっとステーション

品川区西大井2-10-3 月～金曜日(祝日除く)  
9:00～17:00

☎ 03-6429-9637

横瀬・佐藤

支え愛・ほっとステーション  
ホームページ運営中♪





## ① 成年後見制度とは



障害や認知症等によって身の回りの判断をすることが難しくなったときにサポートをしてくれる制度です。

家庭裁判所によって選ばれた人がお手伝いをしてくれます。ご本人より事前に伺っていた意向やこれまでの暮らしの様子などをもとにサポートを考えてくれます。講師の方の講座では、非常に分かりやすく説明をしてくださいました。

## ② 後見支援員の体験談

後見支援員の経験者2名に体験談を伺いました。



知人に声をかけられたことをきっかけに後見の支援員を始めました。障害・認知症等によって自分で助けを求めることが難しくなっている人の存在について改めて考えました。

人の在りようはまさに十人十色。私たちが、その人らしさにどのように寄り添ったらいいのかを考えました。ご本人の意思を尊重して手を差し伸べることの大切さを実感しました。



## ③ リラックスタイム

講座の合間に体操でリラックス。頭をつかったら、身体ものびのびと動かすと、気持ちいいですよ😊

## ④ グループワーク

小グループに分かれ、成年後見制度に関する意見交換をしました。

「元気なうちからお願いしたら、いつからお手伝いしてくれるようになるの?」「自分の将来のために知っておきたい」「事前にノートなどに将来の希望を書き記すことも大切ですね」など、様々な意見が飛び交いました。参加者の様子から品川成年後見センター講師も「是非、気軽に相談してほしい」と話しました。