

# プロジェクト報告書

団体名 NPO法人多摩東成年後見の会

## ▼報告書の扱い、および記入にあたっての注意点

この報告書(精算報告書以外)は、ホームページなどで公開する予定ですので、広く読まれることを想定してご記入ください。また、編集段階で、表記・表現等を事務局で編集する場合がありますので、あらかじめご了承ください。語尾の表現は「です・ます」調をお願いします。報告書に掲載するため活動の内容がよくわかる写真(2枚程度。写真の肖像権問題がないものの提出をお願いします)を添付して下さい。

### 1. プロジェクト名

老後の安心を得るための3つの「老い支度」～マイノートと遺言書の作成及び任意後見制度の利用法を学ぶ～

### 2. プロジェクトの目的とその背景 300文字まで

- \* 高齢者が最期までを自分らしく快適に生きるためには、漫然と流れに身を任せるのではなく、自分を守る「老い支度」をしておくことが望ましい。上述の3点セットを学び、備えることで自身の尊厳を保つことができ、また家族や介護支援者にとっても負担軽減につながると思います。
- \* 世界に類のないスピードで高齢化が進み、「おひとりさま」が増え続けています。家族制度の崩壊、近隣関係の希薄化、高齢者の社会的孤立が全国規模で拡大しています。高齢化に伴い認知症リスクが高まり、判断能力の低下した高齢者の人権侵害も急増しています。このような大きな社会問題に対し、新たな担い手づくり、地域の活性化による支援態勢の構築が叫ばれています。

### 3. プロジェクトの内容 300文字まで

人生90年時代を最期まで元気に自分らしく暮らせるよう、一層の自助努力とともに、共助(地域支援)を上手に受け入れる努力が求められています。身体機能の低下、寝たきりや認知症等による判断力の低下・喪失に備え、次の老い支度3点セットを学ぶ講座を開催します。

- ① 自分の思いを書き留めるマイノート(いわゆるエンディングノートと異なる。)の書き方
- ② 遺産相続争いを防ぐための遺言書の書き方
- ③ 認知症リスクに備える任意後見制度の利用方法

### 4. プロジェクト実施にあたっての工夫点とその効果 300文字まで

老後(10年程度の要介護期間を含む)の備えとして、上記3点セットを高齢者の安心ニーズに応える「老い支度」と位置付け計画を立案しました。しかし、その意図が理解され、共感されても実際の行動面では3週連続参加は必ずしも容易でないという現実と直面し、予定の参加者数を集めることができませんでした。チラシの効果上げるべくカラー印刷を試みましたが、チラシ洪水の中では効き目が乏しく、また地域SNSも高齢女性には縁遠いのか、期待はずれでした。受講者の理解を高めるため、1部講座でのビデオの採用には一定の効果があったと思います。

### 5. 全体的所感、終了しての感想など 300文字まで

参加者の多くが、「内容は判り易く、よく理解できた。実際の利用を考えてみたい。」との感想を寄せていました。(6月三鷹市講座アンケートから、「マイノート」すぐ書く38%、いずれ書きたい62%、「任意後見」利用したい36%、「遺言」是非書きたい89%) この講座が受講者の安心生活実現に寄与出来ることを願い、更に多くの高齢者の福音となることを祈りつつ、次年度以降継続講座へ繋げられればうれしいと思います。今後の課題として、①武蔵野市を含む小金井、三鷹市での実施、②参加し易くするため、3本の講座を選択できる方式に改める、③受講者が対話しながら学べるような講座内容にしたい、以上3点に留意しながら次年度計画を練りたいと考えております。

### 6. 参考資料

支援対象プロジェクトで作成したチラシ、パンフレットやマスコミで紹介された記事等は現物またはコピー、活動風景の写真を参考資料として提供してください。

参考資料あり

備えあれば憂いなし！ 人生90年時代を自分らしく生きるために

# マイノートと遺言書の書き方、 任意後見制度を学びませんか

☆ 老後の安心を得るための3点セットです。

6月14日（金）“マイノート”

講師：健康生きがいくくりアドバイザー

生きがいクラブむさしの理事 佐藤勝昭

6月21日（金）“任意後見制度”

講師：健康生きがいくくりアドバイザー

NPO 法人多摩東成年後見の会副理事長 増田勝彦

6月28日（金）“遺言書”

講師：ファイナンシャル・プランナー

NPO 法人多摩東成年後見の会会員 吉水節子

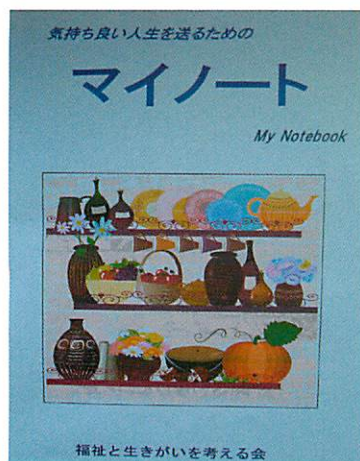
3日間共、午後1時30分～午後3時（受付は午後1時より）

場 所： 三鷹市市民協働センター2階第1会議室

主 催：NPO 法人多摩東成年後見の会 共催：生きがいクラブむさしの

定 員： 20名（先着順です。）

参加費：1000円（3日間通し、最新版冊子「マイノート」代込みです。）



本講座は「shinjo project」  
の助成を受けております。



お問合せ・申込み：050-3467-9614 増田まで

Shinjo Project

老後の安心を得るための「古い支度」  
～マイノートと遺言書の作成と任意後見制度の利用法を学ぶ～

(6月：三鷹市、10月：小金井市、11月：三鷹市)



“マイノートの書き方講座”

- \* 月日 6月14日(金)
- \* 場所 三鷹市市民協働センター
- \* 講師 佐藤勝昭氏  
(健康生きがづくりアドバイザー)

“任意後見制度の利用法を学ぶ”

- \* 月日 6月21日(金)
- \* 場所 三鷹市市民協働センター
- \* 講師 増田勝彦氏  
(健康生きがづくりアドバイザー)



“遺言書の書き方講座”

- \* 月日 6月28日(金)
- \* 場所 三鷹市市民協働センター
- \* 講師 吉水節子氏  
(ファイナンシャル・プランナー)

“マイノート講師養成講座”

- \* 月日 11月21日(木)
- \* 場所 三鷹駅前コミュニティセンター
- \* 講師 三津井博昭氏  
(健康生きがづくりアドバイザー)