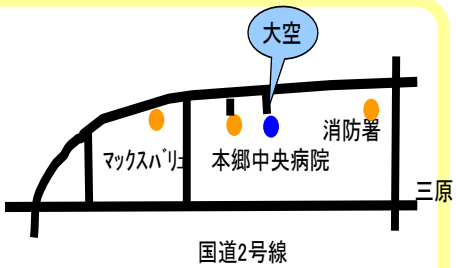
令和７年６月

# 大空通信

高齢者相談センター大空
三原市下北方１丁目６番５号
０８４８（８６）２４５０




まずはお電話で
ご相談下さい

## 高齢者相談センターとは…

65歳以上の高齢者やその家族や介護に携わる人達が住み慣れた地域で安心して生活を送れるよう、介護、福祉、保健、医療など様々な面より総合的に支援するための窓口です。

## これからの人生を考え、もしもに備える☺

### 未来ノートご案内

自分自身に何かあったときに備えて、ご家族が様々な判断や手続きを進める際に必要な情報を残すためのノートです。又生活の備忘録として、そして、これまでの人生を振り返り、これからの人生を考えるきっかけ作りにするものです。
終活だけではなく、突然の入院などの時にも大事なことを伝えるに役立ちます。

これからの人生を明るく前向きに過ごしていただく為の一助となれば☺

### ～記入のポイント～

♥すべてのページを書く必要はありません。書けるところから気軽に書きましょう。
♥ノートは大切に保管し、大切な人にのみ保管場所を知らせておきましょう。
♥遺言書のような法的効力はありません。定期的に見直し、書き直ししましょう。

高齢者相談センター大空では、
必要に応じて『未来ノート』に
関する出前講座を行っています。
ご希望方は86-2450迄ご連絡を…

【未来ノート交付先】

●三原市役所、各支所
●高齢者相談センター

あなたの人生目標、希望や思いはありますか？
大切な人に伝えたいこと、一緒に考えてみませんか…