

# まさかに備える 予防する

～自分らしい最期を迎えるために～

人は誰でも老いていきます  
そして誰にも最期の時がやってきます

その日が来る前に、その日を自分らしく迎えるために…

できることから備えておきませんか

各分野の専門家がわかりやすくお話しします

先着100名

入場無料  
申込不要

令和6年 2月3日(土)13:30～15:30

高知城ホール 4階多目的ホール

## 講演 1 認知症と認知機能障害について

高知医療センター 精神科医師 澤田 健

## 講演 2 食事でフレイルを予防しよう！

高知医療センター 管理栄養士 小谷 小枝

## 講演 3 将来の自分に投資!!今から貯筋!!

高知県立大学 社会福祉学部講師 辻 真美

## 講演 4 人生会議

～自分らしく生きるための心づもり～

高知県立大学 看護学部准教授 森下 幸子

## 講演 5 “その人らしく生ききる”を支えるために

～選択の一つとしてのDNAR～

高知医療センター 看護師 岡林 志穂

## スケジュール

13:00 開場・受付

13:30 開会挨拶

13:35 講演

15:10 質疑

15:30 閉会

ヘルシーポイント  
もらえます



※施設駐車場(有料)の台数に限りがあるため、公共交通機関か近隣の有料駐車場もご利用ください。

問い合わせ先 高知医療センター地域医療連携室 088-837-3000(代表)

主催 高知医療センター地域医療センター、高知医療センター・高知県立大学包括的連携協議会