

自分の明日を考える ～ひとり暮らしの在宅療養～

皆さんは、ご自身が医療や介護が必要になったとき、どこでどのように過ごしたいかを考えたことはありますか。また、人生の最期はどのように迎えたいでしょうか。

可能な限り家で過ごしたい・最期は住み慣れた家で…思っている、本当にできるのだろうか？と不安に感じる方もいらっしゃるかもしれません。

今回は「ひとり暮らしの在宅療養」をテーマに、練馬区で在宅医療に携わっている医師の方にお話いただきます。ぜひ、お申し込みください。

講演会日時

令和7年12月6日（土）

14:00～15:45（受付 13:45～）

後日上映会
あります！

申込開始日

令和7年11月11日（火）から

※会場・申し込み方法など、詳しくは裏面をご覧ください。→→→→

※受付開始日前のお申し込みは、お受けできません。

※申し込み初日は、お電話がつながりにくいことがございます。予めご了承ください。

講師

医療法人社団 焰
やまと診療所 練馬
水落 紀世子 氏（医師）

講師経歴・挨拶

練馬区生まれ、練馬区育ちです。練馬の広い空のおかげで想像力や包容力が養われたように思います。
東京女子医科大学卒業後、同病院循環器内科として勤務し、循環器内科専門医を取得。2児の母となり、育児と仕事の両立をはかりながら、2017年、40歳の節目の時に在宅医療の道へ進み、在宅医療専門医を取得。
患者さん、ご家族と真剣に向き合い、地域の皆さんと一緒にご支援できるのが喜びです。多職種の支援を受けられる在宅医療では患者さんに複数の選択肢をご提案でき、自由度が高く感じます。安心して地域の方々がご自宅でご自分らしく過ごせるよう、お役に立てれば嬉しいです。

主催 練馬区地域医療担当部地域医療課

協力 光が丘図書館、練馬図書館、平和台図書館
大泉図書館、小竹図書館、南大泉図書館、春日町図書館

以下の①～③の参加方法からお選びください。

①および②は申込期間内に定員に達した場合、その時点で受付終了となります。

また、申込開始日は、電話がつながりにくい場合があります。ご了承ください。

① 12/6石神井公園区民交流センター 3階（会場参加）

※講師のお話を直接聞く形式

【申込期間】 11月11日（火）～11月26日（水）

【定 員】 60名（web申込定員 12名含む）

【申込方法】 (1)電話で地域医療課へ (2)web申込み
☎03-5984-4673 →→→



② 12/6ご自宅等（オンライン参加）

※パソコンやスマートフォンを使用し、講演をご自宅等で視聴する方式

【申込期間】 11月11日（火）～11月26日（水）

【定 員】 100名

【申込方法】 右のQRコードから申込み

※視聴するパソコンなどに、zoomのアプリを入れていただく必要があります。



③ 後日上映会（会場参加）

※講演を録画したものを各会場で見える方式

【申込期間】 11月11日（火）～12月10日（水）

【定 員】 右表参照

【申込方法】 (1)電話、図書館カウンター
(2)WEB（図書館HP） →→→



※定員を超えたお申込みがあった場合は、抽選となります。申込期間に定員に満たなかった場合は、上映会当日までカウンターまたは電話で、先着順にて受け付けますので、各館にお問い合わせください。

※講師への質問はお受けできません。

会場名	日にち	時間	定員
小竹図書館 ☎03-5995-1121	1月13日 (火)	14:00	20名
大泉図書館 ☎03-3921-0991	1月15日 (木)	14:00	20名
練馬図書館 ☎03-3992-1580	1月16日 (金)	14:00	12名
平和台図書館 ☎03-3931-9581	1月23日 (金)	14:00	30名
春日町図書館 ☎03-5241-1311	1月25日 (日)	14:00	20名
光が丘図書館 ☎03-5383-6500	1月27日 (火)	14:00	30名
南大泉図書館 ☎03-5387-3600	2月5日 (木)	14:00	15名

【区内団体・事業者の方へ】在宅療養講演会DVD貸出事業のご案内

在宅療養講演会のDVDを、区内団体・事業者に貸し出しいたします。（貸し出し条件あり）

希望される場合は、区ホームページをご覧ください。地域医療課(5984-4673)にご連絡ください。

