

わたしのきぼうノート作成班

【“わたしのきぼうノート”の普及活動(年間)】

実施日	実施内容	備考
令和7年4月30日	きぼうノート 増刷	2,777部
令和7年9月3日から 9月28日まで	図書館展示	14,856人
令和7年8月28日	出前講座(わくわく夢倶楽部)	16人
令和7年9月9日	障がい者福祉展(ノート周知)	27部
令和7年11月16日	済生会フェア(ノート紹介コーナー設置)	18人
令和8年3月5日	hoKko まちの保健室	31人
令和8年3月10日	出前講座(鬼柳町自治協議会)	



○ 出前講座(わくわく夢倶楽部)

回	実施日	実施場所	参加者
1	令和7年8月28日	黒岩地区交流センター	16人
<ul style="list-style-type: none"> ・心づもりができてよかった。(70代) ・思ったより記載に時間がかかった。(80代) ・記入例があってもよかった(70代)。 			

○ 図書館展示

回	実施日	実施場所	来館者
1	令和7年9月3日から 9月28日まで	北上市立中央図書館 閲覧室カウンター前	14,856人



○ 障がい者福祉展

回	実施日	実施場所	配布数
1	令和7年9月9日	江釣子ショッピングセンター	27部

○ hoKko まちの保健室

ミニ勉強会 “もしもに備えよう～わたしのきぼうノートについて～”

回	実施日	実施場所	配布数
1	令和8年3月5日	北上市保健・子育て支援複合施設 hoKko	28部



【令和7年度北上市意思決定支援研修会～“わたしのきぼうノート”をきっかけに～】
 (令和8年2月6日(金)/北上済生会病院)

市民の心づもりを支えることの重要性や難しさを知るための「意思決定支援研修会」を開催しました。わたしのきぼうノート作成班メンバーには、企画から当日の運営まで御協力をいただきました。

ケアマネジャーを中心に34名の医療・介護・福祉・行政・団体関係者が参加し、6つのグループに分かれて、実際にノートを書いてみての情報交換会を2つのテーマに分けて行いました。

これまでどう取り組んできたのか、今後どう取り組んでいけばいいのかを話し合い、共有することができました。



<参加者の感想>

- ・多職種の方と意見交換出来てよかった。
- ・支援する側、される側という関係性ではなく、「あなたを知りたい」という思いを伝えることが大事だと分かった。
- ・ノートについて学ぶ機会となった。その人の思いを汲み取ること、書けないことに意味がある、抵抗がある、迷うということに気づいた。
- ・元気なうちからライフプランの一つとしてきぼうノートがあるといいなと思った。
- ・入院時にきぼうノートを持ち込み、誰かが見てくれる仕組みになればいいなと思った。
- ・使ったことがなかったのでどのように活用すればいいか勉強になった。これから使っていこうと思う。

○ これまでの配布状況

年度	窓口	医療機関	研修会等	合計
～R4	2,873	1,685	2,046	6,604
R5	807	50	750	1,607
R6	779	90	412	1,281
R7	506	180	312	998
合計	4,965	2,005	3,520	10,490

R6.1.26 第2版発行 1,700部

R6.5.20 1,500部増刷

R6.10.31 600部増刷

R7.4.30 2,777部増刷