

あなたの大切なことは どんなことですか？

～あなたの想いをつなげましょう～



最期まで自分らしく生きるために
ACP(人生会議)をはじめましょう。

人生会議(ACP)とは…

もしもの時に備えて、希望する医療やケアに対する希望を、家族など想いをたくせる人に伝えておくことはとても重要なことです。また、今までの自分を振り返りながら、未来のことを考えていく中で自分の大切にしていることと向き合えるきっかけになります。



～話し合いの進め方～

1

考える

自分の大切にしている想いや希望する医療やケアについて考えてみましょう。

最期まで治療する？
どこで過ごす？ など...

共有したことは
ノートに書きましょう



3

共有する

自分の想いをあなたの代わりに
伝えてくれる人と話し合った内容
について共有しましょう。



ケアマネジャーや
主治医の先生
にも知ってもらおう。



気持ちが変わるので
何度も繰り返すことが大切です。

その都度書き直し、共有していきましょう。

2

話し合う

あなたの想いを知ってほしい人
と、自分の想いについて話し合い
ましょう。



最期は治療より好きな
ものを食べたいわ！

できるだけ
長く自宅で
過ごしたい



まずは、考えるところからはじめてみましょう。
こちらからダウンロードができます。