

医療や介護が必要になった時に、

自分らしい暮らしを選択するために考えておきましょう



希望や思いについて今から考える

人生や生活において、何を大切にしていますか？
生きがいは何ですか？

④自分の思いを伝える

考えたことをエンディングノートに書きましたか？
そのことを周りの人にも伝えましょう

①健康について考える

かかりつけ医はどこですか？

③自分らしい生き方について考える

どのような治療やケアを受けたいですか？
人生の最期をどこで過ごしたいですか？

②あなたの代わりに考えを 伝えてくれる人を決める

信頼できる人は誰ですか？
金銭管理をしてくれる人は誰ですか？

