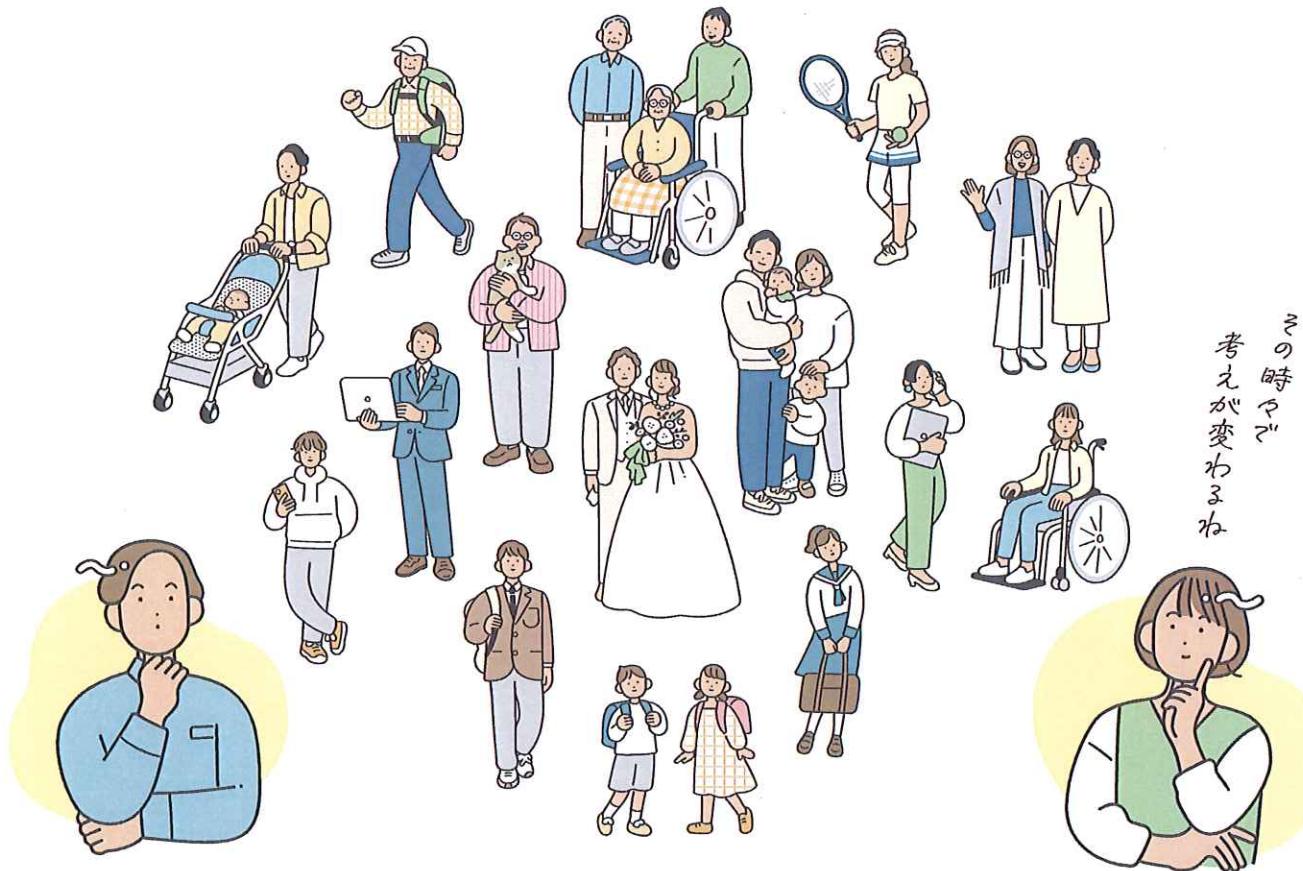


「もしものときに、どうしたいか」は、 変わっていくことがある。

どのような生き方を望むかは、一人ひとり異なるもの。
また、ライフステージとともに変わっていくこともあります。



人生の最終段階において、あなたはどのように過ごし、どのような医療やケアを受けたいと思いますか？
あなたが大事にしたいこと、望む生き方について、考えたり、話してみたりすることは、
もしものときに、あなたの望みをかなえる第一歩となるはずです。

あなたが望む生き方を。

人生会議 アドバンス・ケア・プランニング(ACP)

あなたが大事にしていることや望んでいること、どこで、どのような医療・ケアを受けたいかを、自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと共有しておくことを、アドバンス・ケア・プランニング(ACP、愛称：人生会議)といいます。

01 あなたが大切にしていることは何ですか？

話し合った内容を伝え、何度も繰り返し考えましょう

02 あなたが信頼できる人は誰ですか？

03 信頼できる人や医療・ケアチームと話してみましょう

変わっていくこともあるけれど、何度でも繰り返し、見直すことができるから。
いま、あなたができることから始めてみませんか。