

終活支援ノート ～人生会議のすすめ～

自分らしく豊かな暮らしを送るために、元気な時から自分らしい人生について考え、考えや価値観を周囲の人たちと共有しておくことが大切です。

自分が希望する医療やケア、暮らし方について、家族など周りの支えてくれる人達とあらかじめ話し合い、また繰り返し話し合うことを「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」といいます。

「終活支援ノート」は、この人生会議をとおして、将来、認知症や病気などで自分の思いを伝えられないときも、自分の考えや価値観が引き継がれることを願い、作成しました。

配布を希望する方は、地域包括支援センターや市役所（生活環境課）でお渡ししています。

どうぞご活用ください。

（問合せ先）

さぬき市地域包括支援センター

電話 0879-26-9931

大川地区医師会在宅医療介護連携支援センター

電話 0879-42-3424



（表紙）