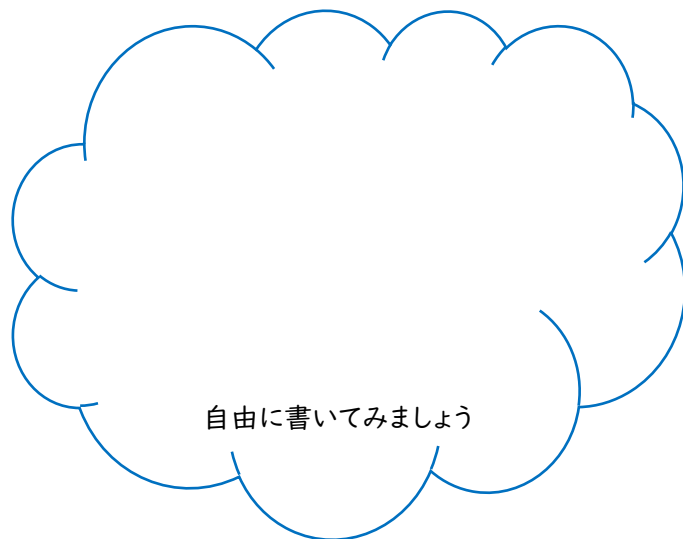


○あなたが大切にしていることはなんですか？



○いまの健康状態 主治医に☑を入れてください

☐	病院名:
	医師名:
	病名:
☐	病院名:
	医師名:
	病名:



以下、あてはまる項目に☑を入れてください

1.“もしも”治らない病気などになり、自分の気持ちを伝えられなくなったら、どんな治療やケアを受けて過ごしたいですか？

- ☐ できるだけ長く生きるための治療を受けたい
- ☐ 痛みやつらさを軽減する治療やケアのみしてほしい
- ☐ すべての治療やケアを受けたくない
- ☐ わからない

2.“もしも”治療やケアについて、自分で決められなくなったら、代わりに誰に話し合っほしいですか？(複数可)

- ☐ 親(父・母)〔 〕
- ☐ 配偶者(夫・妻)〔 〕
- ☐ 子ども・孫〔 〕
- ☐ きょうだい〔 〕
- ☐ 親戚(甥・姪など)〔 〕
- ☐ 友人・知人〔 〕
- ☐ その他〔 〕
- ☐ 頼める人はいない

※〔 〕には名前や連絡先を書いてみてください

3.“もしも”治らない病気などになったら、どこで過ごしたいですか？(複数可)

- ☐ 自宅
- ☐ 病院
- ☐ 施設
- ☐ 今はわからない
- ☐ その他〔 〕



氏 名： _____

書いた日： _____ 年 _____ 月 _____ 日

話し合った日： _____ 年 _____ 月 _____ 日

話し合った人： _____

【話し合いの手順】

【ステップ①】

“もしものとき”を考えてみましょう

- ・あなたが大切にしたいことや希望は何ですか
- ・信頼している人はだれですか

【ステップ②】

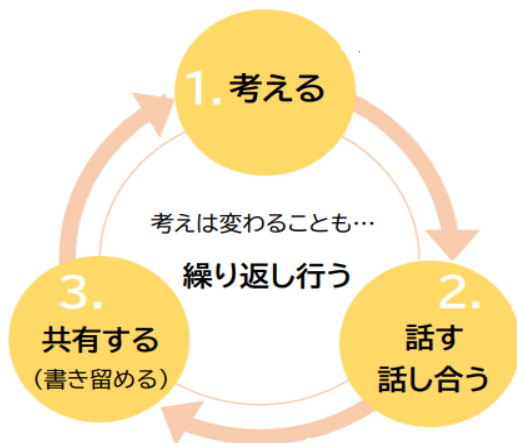
希望する医療やケアについて話し合いましょう

- ・どのように医療を受けたいか、どこで過ごしたいか、主治医や信頼できる人たちと話し合っておきましょう

【ステップ③】

書き留めておきましょう

- ・想いや希望は、時間の経過や健康状態によって変わるものです。気持ちが変わったときは読み返して、何度も書き直しましょう
- ・書き留めたことを信頼できる人たちと共有しましょう



気持ちは変わります。
何度でも書き直してみましょう。
書き直したら、また家族や大切な人と
話し合ってみましょう。

わたしがいま思うこと

～元気であるけれど

もしもの時のために～

【その1】

作 成 : 都留市地域包括支援センター
問合せ: 0554-46-5114

さらにいろいろ考えてみたい方はご相談ください