

～老いても病気になっても、あなたらしく生きるために～ 「私の4つの大切な覚え」



人生の長い流れの中には、老いや病気などで自分のことを自分で決めることができないような「もしもの時」が必ず起こります。そんな時でも、あなたがあなたらしく生きるためには、「自分にとって大切なことはどんなことか」「自分はどうかありたいか」など自分の思いをまわりの人に伝えることが重要です。

■考えておきたいポイント！

- ・あなたが大切に思うこと、気がかり
- ・意識がない時、あなたの代わりに気持ちを代弁して欲しい人
- ・死を前にした時、できる限りの治療を受けたいのか、自然に逝きたいのか
- ・どこでどんな風に療養したいのか

この「私の4つの大切な覚え」は「もしもの時」に備えて、あなたが思いをまとめるきっかけにさせていただくためのものです。もちろん今、書けるところからで大丈夫です。少しずつ書き込んで下さい。そしてぜひ、まわりの人とお話をして下さい。

まわりの人とお話をされた時間や書きとめたあなたの思いは、「もしもの時」にきっとあなたのまわりの人を助け、老いても病気になってもあなたがあなたらしく生きることを助けてくれます。ぜひ時々見直して、気持ちに変化があったら書き直して下さい。

そして診察券などと一緒に保管していただき、もしもあなたに医療や介護が必要となった時、あなたの医療や介護の担当者にお見せ下さい。

あなたがあなたらしく生きるために…



問い合わせ

碧南市 高齢介護課 地域支援係 (0566)41-3311(代表) 95-9890(直通)
碧南市 在宅医療サポートセンター (0566)46-8055(直通)