



第一地区生活支援員だより

ご自分のいのちの終わり 大切な人のいのちの終わりについて 話し合ってみませんか？人生会議を！

- ・人のいのちは永遠ではありません。大事なことのなにもまだ知られていない「人生会議」
- ・いのちの終わりについて話し合うことを恐れないでまずは自分事として考えましょう！
- ・リビングウィル(事前指示書)とは延命処置などについての自分の意思を文章にして残しておくことです
人生会議を通して明らかになった考えや希望を尊重され、実現されることが重要です
- ・誰もがやがて訪れるいのちの終わりを受け入れ最後まで自分らしく生きるために
- ・大切な人を見送った後で知っても看取りのやり直しはできません
- ・見送られる人も、見送る人も悔いなく安心してその時を迎えられるように

話し合ったら私のリビングウィルに 今のお気持ちを書きましょう



- ・ご希望のお気持ちが変わればいつでも、変更の書き直しができます
- ・誰もがああしておけば、こうしておけばよかったと後悔しないように、多くの人に知ってほしいと思います
- *ご本人が自らの意思を伝えられない状態になる可能性があることから、事前に話し合い、家族などをご自分の意思を推定するものとして定めておくことが重要です
- *家族などには広い範囲の人(親しい友人など)を含み複数人存在することも考えられます

【わたしのリビングウィル松本市版】をご希望の方は第一地区地域づくりセンター・第一地区生活支援員へお問い合わせください

M ウイング 4 階 第一地区地域づくりセンター ☎ 32-1550
第一地区生活支援員 携帯 070-8802-5401

*裏面には一部抜粋し掲載しました ご覧ください



第一地区生活支援員だより

わたしのリビングウィル(事前指示書)は松本市医師会・松本市が作成し、周知するものです

(7) その他の希望の記入例です(ご自由にご記入ください)

- 今、楽しいと思うことは何ですか？
 - ・孫の成長が張り合いた。お年玉をあげられるように認知症にならないようにしたい。
 - ・みんなが喜ぶ漬物は、毎年がんばってつけたい。
- 大切にしたいことは何ですか？
 - ・下の世話にならないようにしたい。だから 予防の体操をがんばる！
- このような状態になったら「生き続けることは大変かもしれない」と感じるとすれば、どんな状態ですか？
 - ・苦しみながら死んでいくのはいやだ。
 - ・意識が戻る見込みがないのに、管で栄養を入れて生きるのはいやだ など・・・