

# わたしノート

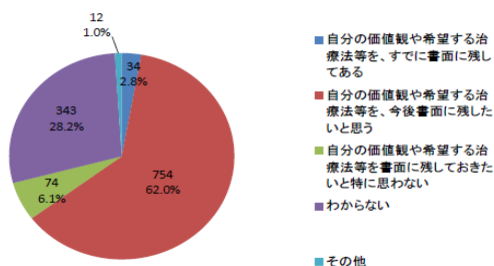
書いてみましょう！

安城市では、自分らしく豊かに生きていくことができるように「わたしノート」を作成しました。これまでの自分の人生を振り返り、そしてこれからのことも家族や支援者の方と一緒に話し合いながら記入してみましょう。すべての方が対象です。何度でも書き直しが可能です。心身の状態に応じて思いや考えは変化します。繰り返し考え、話し合いましょう。人生会議の第一歩として是非ご利用ください。

人生会議とは、自分らしく人生を生きるための取り組みです。もしもの時のため、ご自身が望む医療やケアについてみんなで繰り返し話し合い共有することです。

令和3年2月に行われたeモニターアンケートの結果では、意思表示できなくなったときの備えについて6割以上の方が書面に残したいと考えています。

問13：高齢により、又は認知症で意志表示できなくなった時の備えについて



無料で配布

ポスター

わたしノート



**自分らしく人生を生きるために、  
大切にしていることを、大切な人と話してみませんか。**



<安城市の目指す姿>

**本人が望む場所で自分らしく最期まで今を生きる**

安城市は、すべての人が人生会議をできる体制をつくる必要があると考えています。誰にでも起こりうる「もしものとき」に備えて、あなたが望む生き方、それを支える医療や介護について人生会議を通じて考えてみましょう。「一日の中で大切にしている時間は何か？」等ささいなことでも人生会議の一歩です。

専門職によるACP作業部会で「わたしノート」を作成しました。

インタビューより

インタビューより

インタビューより

インタビューより

ACP作業部会の  
皆さんの写真

【配布窓口】安城市役所高齢福祉課・各福祉センター  
各公民館・各地域包括支援センターなど  
【問い合わせ】安城市役所 高齢福祉課  
TEL：0566-71-2264

安城市ウェブサイトにも掲載しています。

QRコード