

ACP（人生会議）の主な流れ

想いの整理

大切なこと、身体面、医療や介護、財産、誰かに伝えたいことなど、自分の想いを整理する。

想いをカタチに

整理した「思い」を書き出し、見えるようにする。

「わたしの思いノート」の活用

想いを共有

配偶者、子ども、きょうだい、親戚、医療・介護従事者などの、信頼できる人に伝える。

繰り返す

自分の思いや身体面、医療・介護の状態に変化があった時に見返す。

