



自宅の管理



お墓の管理



お金の管理



ペットの世話

# 将来に備えて 準備を始める

自分の周りのいろいろなものを  
引き継ぐ準備を始めましょう。  
元気なうちだからこそ進んで整  
理に取りかかりましょう。



まずは、身の回りの整理から。  
例えば手紙や写真などの大事  
な思い出の品や、使っていない  
銀行口座など。

**ご自身を振り返る良いきっかけ**  
にもなります。

あなたの**将来への心づもり**を  
自由に書き出してみよう



日付	年 月 日
氏名	
楽しむこと	(記載例) 趣味を楽しむ
体調管理・備え	(記載例) 毎日歩く、銀行口座の整理
治療方針・療養場所	(記載例) 延命治療を希望しない、 最期まで家で過ごしたい
心配ごと	

<発行>  
高知県健康政策部在宅療養推進課  
〒780-8570高知市丸の内1-2-20  
TEL:088-823-9104  
mail:131401@ken.pref.kochi.lg.jp



課のホームページ  
もご覧ください

## 人生会議 (退院編)



## 将来への心づもり のすすめ

病気と向き合いながら  
これからをどう生き  
どう終わるか

高知県健康政策部在宅療養推進

