



このノートは、家族や友人など、あなたが信頼する人と、今後の  
すごし方について話し合い、最期まで自分らしく暮らすためのもの  
です。

一度書いて終わりではなく、定期的に見直し、話し合うことで、自  
分自身の考えが深まり、納得しやすくなりますし、周りの方の理解も  
深まります。

国では11月30日(いい看取り・看取られ)を「人生会議の日」と定  
め、人生の最終段階における医療・介護について考える日としていま  
すので、邑南町でもこの日に合わせ、ご自身の今後のすごし方につ  
いて考えていただくよう啓発を行います。ぜひあなたも、年1回ご自  
身のことについて考えてみてください。

**邑南町役場医療福祉政策課  
地域包括支援センター**

**電話 0855-95-1115**

**I P 050-5207-3008**

**FAX 0855-95-0268**

