

私の想いをつないで帳

～あなたが日々の暮らしの中で、大切にしていることは何ですか～

千種区版エンディングノート

「私の想いをつないで帳」を使って
大切な人と語りあってみませんか。

千種区版エンディングノート「私の想いをつないで帳」(略称「つないで帳」)は、
「私の歴史」「これからやりたいこと(続けたいこと)」や
「医療や介護に関する希望」などを書いていただきながら、これまでの人生を
振り返り、これからの時間の使い方や人生の最終段階の迎え方を
考えていただく内容となっています。

あなたと大切な人が、この「つないで帳」を囲んで、希望や想いを
気軽に語りあい、共有することで、いつまでもあなたらしく暮らして
いけるようにという願いが込められています。

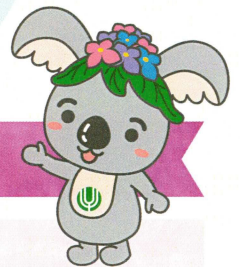
あなたとあなたをつなぐ大切な人たちにとってこれからの時間を
考えるきっかけにしてみてください。



**無料で
お配りしております!**

配付場所は、区役所福祉課、
東西いきいき支援センターにて

窓口でご説明のうえ、
配付します。



「つないで帳」の主な3つの目的

セカンドライフを考える

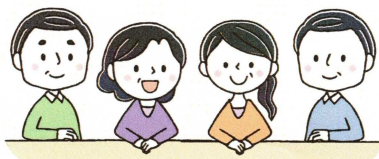
これまでの人生を振り返り、これからの時間を考える

人生の最終段階を考える

医療や介護が必要となったとき、その意思表示の方法や
希望などを考える

大切な人と語りあう

相談しにくい部分を含めて、家族や友人などと
気軽に語りあう



いま、書きたいと思うこと、
伝えたいと思うことを
思ったまま書いてください。
人の気持ちは、置かれた状況
や関係性などにより変わって
いきますので、誕生日などの
節目に家族や友人と一緒に
振り返ってみてください。



千種区エンディングノート
作成普及プロジェクトリーダー
かとう ゆたか
加藤 豊さん

お問合せ先

千種区役所福祉課 TEL 753-1834