

医療・ケアについての もしも手帳 とは

“もしも”のことを考えてみるのは
大切なことです。

時には治らない「病気」や「認知症」などになり、自分で物事を決められなくなったり、自分の気持ちを伝えられなくなってしまうことがあります。

この手帳は、そうなったときの**治療やケアについて、あなたが「どうしてほしいか」**の気持ちを伝えるためのお手伝いをします。

元気なうちから“もしも”のときのことを考えてみませんか？中面にある「3つの質問」に答えてみてください。

答えてみたら、自分の気持ちをご家族や大切な人と話し合ってみましょう。ご家族や大切な人は、この手帳を使って医師にあなたの気持ちを伝えてくれる人になります。誰に代わりに伝えてもらいますか？代わりに正しく伝えてもらえるように、よく説明・相談するようにしましょう。

また、時間が経つと考えていたことが変わります。その時には**新しい手帳に書き直してみましょ**う。

書き直すことは何度でもできます。自分の気持ちを正しく伝えられるようにしておきましょう。