

## 終活とはどう違うの？

一般的に「終活」は、お葬式やお墓、遺言、相続、延命治療の有無などについての希望をエンディングノート(終活ノート)に書き留める取組を指すことが多いようです。

人生会議(ACP)は、あなたが大切にしていることや人生の最期が近づいてきたときの生活や医療・ケアについて自ら考えたことを、家族や大切な人、医療・ケアチームと共有しながら繰り返し話し合うプロセスです。

思いや考えを書き留めるだけでなく、家族や医療・ケアチームと話し合い、共有することを大切にしている点が、人生会議の特徴です。

## 大切なことメモ

いざというとき役立つこと、  
覚えておきたいこと、  
伝えておきたい自分の希望など



年	月	日

年	月	日

年	月	日

年	月	日