



あなたのこれからの 生き方分析シート

考えるうえで大切なこと

人には寿命があります。
あなたのこれからの考えるうえで一番大切なことは、亡くなった後のことを考えるのではなく、「より良い人生を送るためにどうすればいいのか?」ということです。
生きている今を大事に、あなたがどのような人生を望むのか、そのことをしっかり考えていきましょう。
そして、あなたの大切な人にも伝えておきましょう。

作成日： 年 月 日

氏名

これは作成日の私の気持ちです。今後、**変わる可能性もあります。**

私にとって大切なこと

あなたが好きなこと、心地いいと感じることは何ですか?

どうしても嫌なこと

あなたが苦痛に感じることは何ですか?

病気になったらどうする?

大きな病気になったら、積極的な治療をしたいですか?

気になっていること 確認したいこと

病気・生活、療養の場所・財産・葬儀など

信頼し、相談できる人

今後のことを一緒に考えてくれる人はいますか?

誰に伝えておきたいか

もしもの時に、あなたの信頼できる人にどれくらい任せたいですか?