

# 1 意思決定支援に向けて知っておきたいこと

## いつでもどこでも

### 日常生活でも



着る物を選ぶ



買い物をする

- 食べ物、洋服を選ぶ
- 買い物をする ● 学び、働く
- 行きたい場所を決める、移動の方法を選ぶ
- どういうスタイルで過ごすか  
(だらだら、てきぱき、スケジュールを決めて? そのときの気分で?)

### 重要な場面や人生の岐路でも



住む場所を変える



医療サービスを選ぶ

- 暮らし方 (誰と? 一人で? ずっと同じ場所で? 場所を変えながら?)
- お金のこと (管理の方法、誰かにサポートしてもらう?)
- 介護サービス、障害福祉サービスを選ぶ
- 医療サービスを選ぶ

生活、人生は意思決定の連続です。だれもが、何かを選んだり、選ばなかったり、迷って決められなかったり、選ぶのに失敗したり、上手くいったりをくり返しながら、生活しています。