

## DAY2 ワークシート

あなたにとって「最高の人生の終わり方」とは？

- ・あなたは自分という人生の物語の結末を、  
どんな結末にしたいですか？
- ・最高に満足できる死を迎える時の  
イメージはなんですか？
- ・死ぬまでに、これだけは達成しないと死ねないなと思うことは？

※今のあなたに出来るかどうかは関係なく、  
あなたがイメージできる「最高の人生の終わり方」を  
思いつく限り書き出していきましょう。

※あなたなりの言葉にしていくことが大事です。

・あなたは自分という人生の物語の結末を、どんな結末にしたいですか？

家族や人間関係	
仕事やキャリア	
場所や環境	
時間の使い方	
心と体の健康	

・ 最高に満足できる死を迎える時のイメージはなんですか？

家族や人間関係	
仕事やキャリア	
場所や環境	
時間の使い方	
心と体の健康	

・死ぬまでに、これだけは達成しないと死ねないなと思うことは？

家族や人間関係	
仕事やキャリア	
場所や環境	
時間の使い方	
心と体の健康	