

	学童期	青年期	成人期	壮年期	老年期
	6歳 小学校	13歳 中学校 15歳 高校 18歳 大学	22歳 → 介護保険料開始	40歳 → 前期高齢者	65歳 → 後期高齢者 75歳
		子育て世代(小学生～中学生)		親の介護世代	
			子育て世代(高校生～大学生)		配偶者の介護世代
					孫守り世代(乳幼児)
無関心期 ※6ヶ月以内に行動変容を起す意思がない(人生会議を知らない、終末期の対応を考えたことがない)					
関心期 ※6ヶ月以内に行動変容を起す意思がある(関心はあるが、どう行動したらいいのか分からない、抵抗がある)			出前講座(主体:高知市・高知市在宅医療介護支援センター) テーマ:①「在宅医療・介護～住み慣れた地域で暮らすために～」 ②「自分が願う終末期～人生会議(ACP)に取り組むために～」 ③「エンディングノートを書いてみよう」		
準備期 ※1ヶ月以内に行動変容を起す意思がある(エンディングノートなどを購入し、準備を始める)					
実行期 ※明確な行動変容が観察されるが、持続が6ヶ月未満(人生会議を行う)					
維持期 ※明確な行動変容が6ヶ月以上続いている(定期的に人生会議を行う)					