

あなたの気持ち、大切な人に伝わっていますか？

もしものときのために、自分らしく生きていくうえで、大切にしていることや、どのような医療や介護を望んでいるかなど前もって考え、家族や関わりの深い人たちと話し合い、共有する取り組みのことを「人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)」と呼び、町では普及啓発に努めています。

自分自身のため、家族などが困らないために、一緒に「人生会議」について考えてみませんか。

問 高齢介護課 介護保険班 ☎(内線)3334



「これからどのように過ごし、生きていくか？」事前に大切なことや希望を伝えるためにも、みんなで一緒に考えて話し合い、共有しましょう。STEP ①～④の流れを実践してみましょう！

STEP ③

信頼できる人や医療(かかりつけ医)・ケアチームと話し合いましたか？

例えば…現在の健康状態を理解し、どんな治療やケアを希望するのか相談しましょう。

STEP ④

話し合いの結果を大切な人たちに伝えて共有しましたか？

考えや話し合ったことは書き留めておきましょう。



※この取り組みは、個人の主体的な行いによって考え、進めるものです。知りたくない、考えたくない方への十分な配慮は必要です。

ある日の愛川家

愛川家の愛猫 ハチ

ボクはハチ

①

最近の愛川家のみんなは考え事をしているニャ。

②

お父さんも

もしも、治らない病気になったとき、病院での長い治療は嫌だな痛みは緩和してもらいたいな

お母さんも

もしも、お父さんが先に逝ってしまっても最後までこの家で暮らしたいな

不安そうニャ。

③

娘のさきちゃんも

お父さんは、病気になったときどんな治療を望んでいるのかな？

息子のたくくんも

もしもお父さんが亡くなった時、お母さんはどこで暮らしたいのかな。友達と一緒にシェアハウス？やっぱり最後は家？

それぞれ不安をかかえているニャ。

④

そんなときこそ家族で「人生会議」だニャン!!

さあ、人生会議を始めるニャ自分の思いを大切な人に伝えるニャ。大切な人はもしものときの代弁者だニャ。

ぜひ、活用ください！

「わたしのこれからノート」を書いてみませんか

町ホームページ
「わたしのこれからノート」



「わたしのこれからノート～未来へつなぐ覚書き～」は、人生会議で話し合った内容などを書き留めておくことができるノートです。

自分自身や大切な方のために、ぜひご活用ください。

「わたしのこれからノート」は、町ホームページからダウンロードできるほか、高齢介護課や町社会福祉協議会などで配布しています。



「人生会議」出前講座

地域のサロンなどの団体に町職員が訪問し、「人生会議」の進め方などを紹介する出前講座を4月から実施します。

ご希望の方は高齢介護課へお問い合わせください。



命の危険が迫った状態になると**約70%**の方が、医療やケアなどを自分で決めたり望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。

だから今、「人生会議」

人生会議の進め方

STEP ①

あなたが大切にしていることは
なんですか？

治療・ケアする際に、
大切にしていることを考えてみましょう。

STEP ②

あなたが
信頼できる人は誰ですか？

もしものときに、あなたの気持ち・
希望を伝えてくれる人を選びましょう。

心身の状態に応じて意志は変化します。何度でも繰り返し

Q

人生会議は
誰がいつするものなの？

まだまだ若いし、何かあってからでも
遅くないよね？

A

老若男女関係なく、今から始めましょう！

誰にでも、いつでも、命に関わる災害や事故、大きな病気、ケガを
することがあります。

もしものときに備えて、日ごろから考え、話し合うことが大切です。

Q

人生会議の話し合いは、
誰としたいの？

家族がいない人もいるし…。

A

周囲に信頼できる人はいませんか？

家族や友人、医療関係者、介護福祉関係者、地域の方など、あなたの
考えを尊重し、信頼できる人であれば、どなたでも構いません。

Q

人生会議には、
どんなメリットがあるの？

A

あなたの希望が反映された
医療やケアが受けやすくなります

もしものとき、希望通りの医療やケアが受けられるか不安になる
こともあります。ご自身だけでなく、気持ちを代弁してくれる人の
助けにもなります。



人生会議について
もっと知りたい

厚生労働省のホームページには、人生会議の
より詳しい情報が掲載されているので参考に
してください。

厚生労働省ホームページ
「『人生会議』してみませんか」



専門家に聞く ▶ interview

なぜ「人生会議」が大切なのか。
在宅療養支援を行う専門家に話を聞きました。



愛川町在宅医療・介護連携推進協議会
会長 八木健太郎さん(八木クリニック院長)

「もしものとき」の助けになります

療養中の方の病状が急変して本人と話ができない状況になると、私たち医師は治療方針を家族や近親者に決めてもらいます。しかし、その場の雰囲気や医療従事者の誘導で返事をしまい、「これで良かったのか」と悩むケースも少なくありません。将来、自分が希望する医療を受けながら自分らしく生き続けるために、また、自分の代わりに治療方針を決める人のためにも、人生会議は大切なことだと考えています。亡くなる前の考えが人生会議だと思われがちですが、元気なうちから始めて、気持ちの変化によって内容をどんどん書き換えていってください。