自分のため、そして、大切な人のために

あなたのこれからを考える

# 人生会議





人生会議 (ACP: アドバンス・ケア・プランニング) とは?

もしもの時のために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族など大切な人や、かかりつけ医やケアマネジャーなどと繰り返し話し合い、共有することです。



命の危険が迫った状態になると、約70%の人が、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。



# どんな事を考えたり、話し合ったらいいのかな?

あなたが大事にしている事や望んでいる事、どこで、どのような医療・ケアを受けたいかを考え、話しておきましょう。

# 話し合いの一例

## どんな治療・ケアを受けたいか

治療が辛くても病気を治すこと、治すよりも苦しみや痛みを和らげること、どっちが本人のためにいいんだろう…。





自分が望む生活ができるよう に、痛みを感じないことを優 先したいなぁ。

本人にどうしたいかを聞いて おいてよかった…!



## どんな所で療養したいか



将来は家族やヘルパーの手を借りながら自宅で生活がしたいわ。

だったら自宅に訪問介護を週に何回か呼ぶのが理想だね!





そうね、そうしていただける と一番理想だわ♪

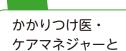
# 人生会議の具体的な進め方

家族・かかりつけ医・ ケアマネジャーに

#### STEP<sup>(5)</sup>

#### 考えた事・話し合った事を 共有しましょう

家族や知人、医療・介護従事者などに あなたの考えた事や 話し合った事を伝えましょう



#### STEP(4)

#### 回復が難しい状態になった時の 事を話し合いましょう

- ・どこで治療を受けたい?(家・病院等)
- どんな治療がいい? (痛みや辛さを感じたくない等)



#### STEP(1)

#### あなたの人生で大切に したい事を考えてみましょう

- ・家族や友人のそばにいたい
- 好きなことをし続けたい
- ・家族に負担をかけたくない



もしもの時、あなたの 代わりに話し合って ほしい人は誰でしょう?

配偶者、きょうだい、子ども…

#### STEP(3)

人の意見は変わって

いくものだから

何度考え直しても

OK!

#### 自分の身体の知りたいことを かかりつけ医に尋ねてみましょう

- ・詳しい病気の事
- ・今後予想される病気の経過



# 人生会議をサポートするアイテムを活用しましょう

人牛会議により取り組みやすくするため、これからの治療や ケアに関する話し合いを始めることを手助けするために作られた

# 四日市医師会・四日市市が発行する 「これからノート」

をぜひご活用ください。

#### 【これからノート 入手先】

市内病院(地域連携室・医療相談室)、地域包括支援センター、 在宅介護支援センター、市役所(保健企画課)、四日市医師会 など



人生会議についてもっと詳しく知りたい方は、かかりつけ医、ケアマネジャー、 地域包括支援センター、在宅介護支援センターなどにご相談ください。

人生会議について詳しくは、四日市市のホームページをご覧ください

