

あなたと
一緒に
決めたいなあ

こうであつたら
いいなあ

あなたの想い
聴けてよかった

家族との時間は
ずっと大切に
していきたいな

わたしの想い

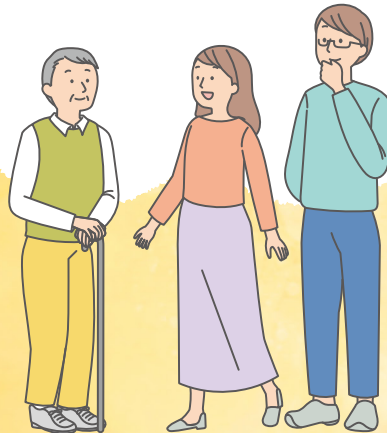
大切な人と **話し合おう**

これからのこと

もっと色々
知りたいなあ

まだ、よく
わからないなあ

話してくれて
ありがとう



いつまでも
楽しく
暮らしたい

大切な人に あなたの想い 伝えていますか？

大切な人の想い どのくらい知っていますか？

あなたらしい生き方のために

人生会議 アドバンス・ケア・プランニング (ACP)

あなたが大事にしていることや望んでいること、どこで、どのような医療・ケアを受けたいかを、自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと共有しておくことを、アドバンス・ケア・プランニング (ACP) 愛称：人生会議 といいます。



希望に沿った医療・ケアを受けながら、最期まであなたらしく豊かに生きるため一緒に話し合ってみませんか？

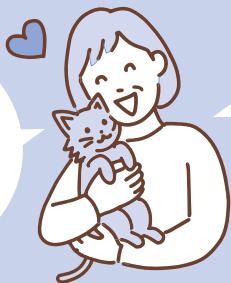
やってみよう!

人生会議 話し合いの進め方

STEP1

あなたが大切にしていること あなたが望むことは何ですか

愛猫とは
ずっと一緒に
暮らしていきたい



若いころから
魚が大好き!
特別な日は
寿司を食べたいわ



趣味のゴルフは
ずっと続けて
いけたらいいな



気持ちや想いは
時間と共に変化したり
健康状態によっても
変わることがあるので
何度でも繰り返し考え
話し合しましょう

STEP2

あなたが信頼できる人は 誰ですか

家族だけでなく友人であっても構いません

医療・介護
関係者



友人・知人



子ども



配偶者



兄弟・姉妹



STEP4

考え、 話し合ったことを 書き留めておきましょう

家族や医療・ケアチームと内容を共有しましょう

箇条書きでも
文章でもイラストでも
自分の言葉で
自由に表現してみよう



STEP3

あなたの想いに ついて、 信頼できる人や 医療・ケアチームと 話し合ってみましょう

聞いて
良かった

そんな風に
思っていたんだ

〇〇〇って
思っているんだ



上記のSTEP1~4の流れで人生会議を行います。将来あなたの希望する医療やケアをうけるために、前もってあなたの大切なことや望んでいることを大切な人に伝えておくことが重要です。簡単には決められないこともたくさんあります。結論が出なくてもいいのでたくさん話してみましょう。

人生会議部会では人生の最終段階に向けた様々な想い、医療に関する希望などについて周りの方と一緒に考えるきっかけとして、またそれを書き残すための冊子として「わたしの想い〜こころのメモ帳〜」を作成し、ご希望の方に配布しています。

活用のポイント

- ★ 何度でも書き直しができます。
- ★ 家族や周りの大切な方、かかりつけ医にも必ず伝えておきましょう。
- ★ よくわかる場所に置いておきましょう。

配布窓口

- 各大垣市地域包括支援センター
- 大垣市役所高齢福祉課窓口

QRコードからもダウンロードできます→

人生会議についての出前講座をご希望される方はご相談ください。

