

2. 自分が望む生き方ができるように考える (ACP)



住み慣れた家や地域などで最期まで過ごすためには本人が家族とともに治療や療養の方針を決めておくこと(ACP アドバンス ケア プランニング)が大切です。

自分らしく人生を生きるための取組です

人生会議

ACP

アドバンス・ケア・プランニング
(Advance Care Planning)

家族はあなたの考えを知っていますか???

～なぜ人生会議が必要なのか～

命にかかわる大きな病気やケガをしたとき、自分の望む医療やケアを受けるためには、普段から周りの人に自分の思いを伝えておくことが重要です。

ステップ1: あなたが大切にしていることは何ですか

ステップ4: 話し合った内容を書いて伝えましょう



ステップ2: あなたが信頼できる人はだれですか

何度でも繰り返し考え話し合しましょう

ステップ3: 信頼できる人や医療・ケアチームと話してみましょう

わたしのことを書いてみよう

名前 (年齢) 誕生日 (年 月 日)

好きな食べ物 好きな飲み物 好きな色 好きな香り 好きな音楽

大切にしたい人 生活したい場所

(これからしたいこと、これから送りたい生活。)

終活ノート



記入するときのポイント

- 一度全部のページに目を通しましょう。
- 書けそうなところから書き始めましょう。
- 何度書き直しても大丈夫。
- 『終活ノート』を書いたことを家族に話しておきましょう。

ACP「もしもメモ」は終活ノートの医療・介護のページを集約したものです。

ACP「もしもメモ」

島原市在宅医療・介護相談センター発行

氏名 () 誕生日 (年 月 日)

◆話し合った人

◆自分以外の誰かが判断をしなくてはいけない場合、意見を尊重してほしい人

◆医療の希望

◆延命治療についての希望

◆その他わたしの介護や医療について記しておきたいこと、ご家族の意向など

©中央法規出版

*『終活ノート』や『ACP「もしもメモ」』が必要な方は、島原市在宅医療・介護相談センター、島原市地域包括支援センターまたは島原市(福祉課)へお問い合わせください。