

1

質問

あなたにとって**大切なこと**はどんなことですか？
もし**生きる時間が限られている**としたら

わたしが
大事なものは
これとこれ

- ☒ 家族や友人のそばにいること ☐ 少しでも長く生きること
☐ 仕事や社会的な役割が続けられること ☒ 好きなことができること
☐ 身の回りのことが自分でできること ☐ ひとりの時間が保てること



あなたは
どう
思うね？

あなたも以下の中から選んで✓チェックしてみてください（複数回答可）

- ☐ 家族や友人のそばにいること ☐ 少しでも長く生きること
☐ 仕事や社会的な役割が続けられること ☐ 好きなことができること
☐ 身の回りのことが自分でできること ☐ ひとりの時間が保てること
☐ できる限りの治療が受けられること ☐ 自分が経済的に困らないこと
☐ 家族の負担にならないこと ☐ 家族が経済的に困らないこと
☐ 痛みや苦しみがないこと
☐ そのほかのこと
- ・ 最期までに会っておきたい人がいる：
 - ・ 行っておきたい場所がある：
 - ・ やりたいことがある：
 - ・ 食べたいものがある：

事実

いざ“そのとき”がきたら考えられないかも

実際 70% の人は望みを伝えられていない

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。

2 だから今

信頼できる人は誰か考えてみましょう。

そうか！ いざという時に代弁してくれるような
自分のことをわかってくれる“味方”を
作っておくことが大事じゃね！

信頼できる人は人それぞれ。
あなたにとっての信頼できる
人は誰なのかを改めて考えて
みましょう。



話し合しましょう 大切なこと、医療やケア、暮らしについて

家族と



かかりつけ医
や看護師と



親しい友人と



よか機会じゃ！
これは安心できるね
息子や娘にも
話しておこう



このようなことを
『人生会議』
ACP：エーシーピー（Advance
Care Planningの略）と
呼びます。

例えばこんな『もしものとき』どうしたいですか

医療

口から食べられなく
なったとしたら
胃ろう（胃に穴を開けて
栄養を送る）をしますか

暮らし

寝たきりの状態に
なったとしたら
どこで過ごしたいですか

認知症になったら
どうしたいですか

もう少し看護師さんと
話さないと決められないかな
食べられなくなっても、元気
でいる方法があるのかな



できたら家にいたいけど
孫と一緒に過ごしたいけど
息子や娘はどう思ってるのかな

気持ちは変わるものです。だから**何度も繰り返し**話し合しましょう。
そのときの**あなたの思いを伝えておくことが大切です。**

あなたが大切なことは
何か考えてみましょう

あなたが信頼できる
代弁者は誰でしょう

話し合いの結果を伝え
て共有しましょう

代弁者や周りの人と
話し合しましょう



— いちき串木野市医師会 在宅医療・介護連携推進事業 ACP班 —

【相談窓口】 いちき串木野市医師会在宅医療・介護連携推進室
いちき串木野市地域包括支援センター

電話 0996-32-0180
電話 0996-33-5644