

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
大事なのは
これとこれ



あなたは
どう
思うね？

- 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

あなたも以下のなかから選んで✓チェックしてみてください（複数回答可）

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 家族や友人のそばにいること | <input type="checkbox"/> 少しでも長く生きること |
| <input type="checkbox"/> 仕事や社会的な役割が続けられること | <input type="checkbox"/> 好きなことができること |
| <input type="checkbox"/> 身の回りのことが自分でできること | <input type="checkbox"/> ひとりの時間が保てるこ |
| <input type="checkbox"/> できる限りの治療が受けられること | <input type="checkbox"/> 自分が経済的に困らないこと |
| <input type="checkbox"/> 家族の負担にならないこと | <input type="checkbox"/> 家族が経済的に困らないこと |
| <input type="checkbox"/> 痛みや苦しみがないこと | |
| <input type="checkbox"/> 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！

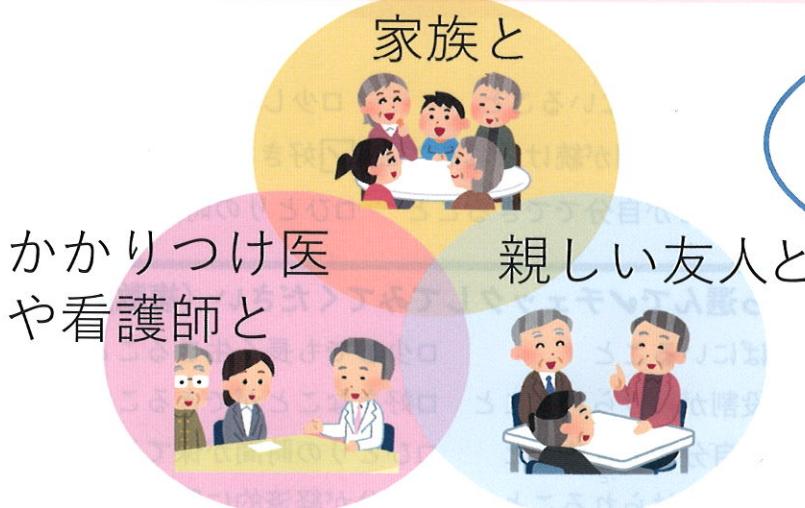
信頼できる人は人それぞれ。
あなたにとっての信頼できる
人は誰なのかを改めて考えて
みましょう。



3

話し合いましょう

大切なこと、医療やケア、暮らしについて



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。

例えはこんな『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

4

気持ちは変わるものです。だから何度も繰り返し話しましょう。
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
話し合いましょう

— 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 電話 0996-32-0180
いちき串木野市地域包括支援センター 電話 0996-33-5644