

じっくり考え しっかり話し合い きちんと伝える

# 「人生会議」(ACP)「を」存じですか



「人生会議(ACP)・アドバンスケアプランニング」とは、もしものときのために、自分が望む医療やケアについて前もって考え、家族や医療・ケアチームと繰り返し話し合い共有する取り組みのことです。命の危機が迫った状態になると、約70%の方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。

## 問合せ

長寿いきがい課 TEL 89・53355



まずは話し合いから始めましょう

いつ「命の危険が迫った状態」になるかは誰にも分かりません。延命治療のこと、人生の最終段階を迎える場所のこと、あなたの代わりに意思を決定してくれる人について考え、想いを伝えましょう。

○大切にしていることは？

…大切な人や思い出、落ち着く場所、好きな香りや音楽、趣味や習慣など

○もしもの時、想いを伝えてくれる人は？

…配偶者、子ども、きょうだいなど、どんな時でも、あなたの希望を尊重できる人

○信頼しているかかりつけ医、看護師、薬剤師などは？

○どんな治療・ケアを受けたいですか？

…病院で手厚いケアを受けたい、入院したくない、一日でも長く生きたいなど 家族や信頼できる方などお互いの想いを日ごろから話し合い共有することが大切です。

## 「人生会議」の進め方(例)

あなたが大切にしていることはなんですか？

信頼できる人や医療・ケアチームと話し合いましたか？

あなたが信頼できる人は誰ですか？

話し合いの結果を大切な人たちに伝えて共有しましたか？

話し合った内容を記録に残しましたか？

心身の状態に応じて意思は変化することがあるため 何度でも 繰り返し考え 話し合います

## もしバナゲーム

～当たり前にもしバナのある世界～

●もしバナゲームとは？

このカードには、重病の時や死の間際に「大切なこと」として人がよく口にする言葉が書いています。「もしものための話し合い(=もしバナ)」をするきっかけを作るためのゲームです。このカードゲームを通して何が重要で、なぜそれが必要なかを考え理解することができます。

市の出前講座でACPの理解を深めるために用いていますので、お気軽にお問い合わせください。

