



「人生会議」を知っていますか？

本人が望む場所で、自分らしく最期まで今を生きる

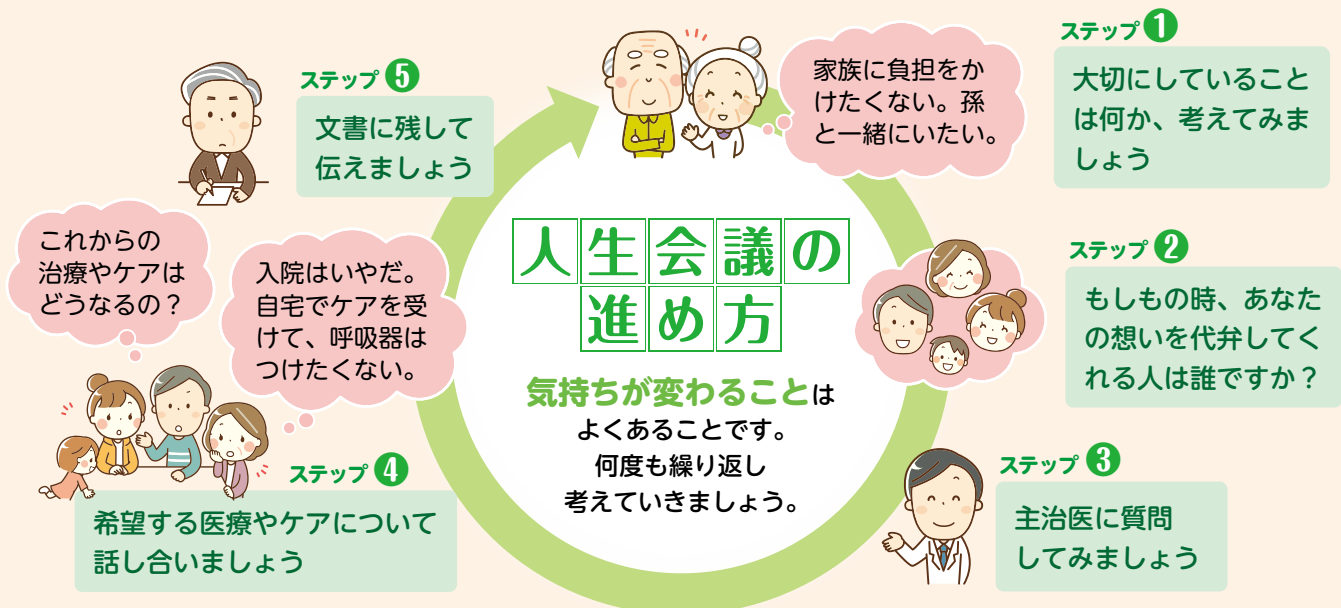
11月30日は人生会議(ACP)の日です。人生会議とは、もしもの時のために、本人が望む医療やケアについて前もって考え、家族や信頼できる人、かかりつけの医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組みのことです。

誰でも、いつでも、命にかかわる大きな病気やケガをする可能性があります。その際に自分の^{おも}想いを伝えられず、望む医療やケアが受けられないことがあります。

そうならないように、^{おも}あらかじめ周りの人に自分の想いを伝えておくことが重要です。これを人生会議(ACP(アドバンス・ケア・プランニング))と呼んでいます。



厚生労働省
HP



話し合った内容を大切な人に伝えて共有しましたか？

信頼する人達と話し合ってみましょう

アイエムクリニック・安城
医師 岡本雅彦先生



これからの人生をどのように生きたいかで、治療が変わることもあります。そんな時のために、身近な方と人生会議を行っておくことをお勧めします。

もしかすると自分で考えたり、話がでなくなるかもしれません。あまり難しく考えず、この「わたしノート」を書きながら、いろいろお話をするだけでも結構です。このノートをもとに、ご家族や支援者とお話をしながら、最期まで住み慣れたお部屋で自分らしく過ごされた方もいました。

「わたしノート」を活用して…

本市では、自分の人生を振り返り、大切な人と共有する「わたしノート」を作成し、無料で配布しています。



- 全て書かなくても構いません。書きやすい項目から書いてみましょう
- 何度書き直しても大丈夫。今の気持ちを書いてみましょう
- 気持ちが変化した時、体の状態が変化した時等に定期的に見直してみましょう
- 法的な拘束力はありません

● **配布場所** 高齢福祉課窓口、各地域包括支援センター、各福祉センター、各地区公民館等