



## ～人生会議をしましょう～



厚生労働省は、人生の最終段階における医療・ケアについて、本人が家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合う取り組み、「ACP(アドバンス・ケア・プランニング)」について、愛称を「人生会議」に決定しました。

この機会に人生会議を実施して、次の世代に「私の引継ぎ書」を準備しましょう。

### ◆【万が一のとき、約70%の方が治療やケアについて意思決定が不可能】

- ・自分の意向を家族等に伝えられない
- ・自分の意向と周囲の人の意向のずれが生じる
- ・最終決定した後も、「本当に良かったのか」と周囲が悩む

### ◆【元気な時から人生会議の実践】

「どこで、誰と、どのように生きるか」＝「どんな暮らしをするか」を考えることが大事  
～最期まで自分らしく暮らすために～

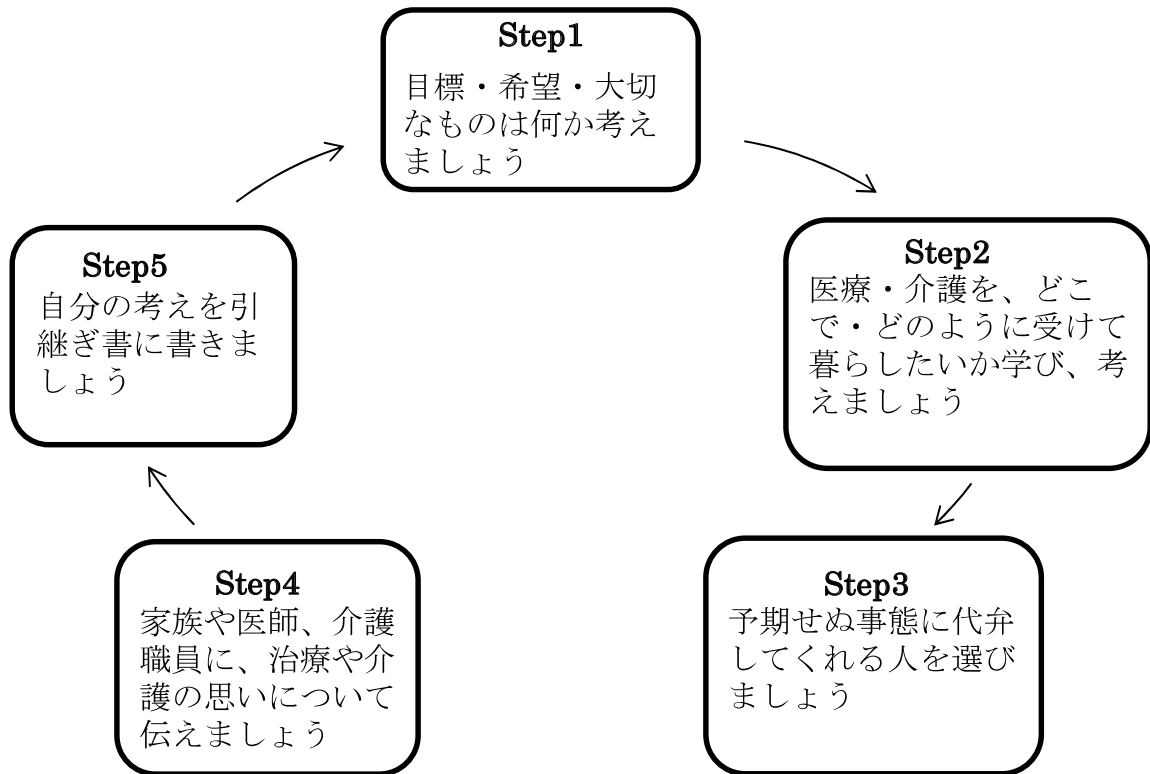
- 自分が望む医療や生き方に関する意向を、あらかじめ家族・医療従事者・介護職・友人等の人と話し合う。
  - －自分の大切な思い出や夢
  - －親戚（家系図）や交友関係
  - －相続対策（不動産・借金・預金等）
  - －医療・介護方法
  - －代理決定者(自分で治療やケアについて決められなくなった時、代わりに決めてくれる人を事前に決定しておく)
- 自分の気持ちを支援者と定期的に話し合いを行い、治療やケアに関わる人々と共有されることが望ましい。

大野市地域医療推進連絡会

事務局：大野市在宅医療相談支援センター

# 私の引継ぎ書手順

自分の希望や思いが治療や介護に反映されるように、次の Step1  
~Step5 をイメージして ACP「人生会議」を実施してみましょう。



**【話し合いのプロセス（過程）が大切】**  
自分の思いが変わった時、体の状態や家族等の状況が変化した時などは、Step1~5 を繰り返して行くことが大切です。

このような取組は、個人の主体的な行いによって考え、進めるものです。知りたくない、考えたくない方への十分な配慮が必要です。



詳しくは、厚生労働省ホームページの「これからの治療・ケアに関する話し合い」～アドバンス・ケア・プランニング～をご参照下さい。

## 私の引継ぎ書事前準備

もし生きる時間が限られた時に備え、今をよりよく、自分らしく生きるため、今のあなたの思いを整理してみましょう。

**Step1** あなたの目標・希望・大切なものは何か考えましょう。(複数回答可)

- |  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 家族や友人のそばにいる事    | <input type="checkbox"/> 少しでも長く生きる事   |
| <input type="checkbox"/> 仕事や社会的な役割がはたせる事 | <input type="checkbox"/> 好きなことができる事   |
| <input type="checkbox"/> 身の回りのことが自分でできる事 | <input type="checkbox"/> 一人の時間が保たれる事  |
| <input type="checkbox"/> できる限り治療が受けられる事  | <input type="checkbox"/> 自分が経済的に困らない事 |
| <input type="checkbox"/> 家族の負担にならない事     | <input type="checkbox"/> 家族が経済的に困らない事 |
| <input type="checkbox"/> 身体的に痛みや苦しみが無い事  | <input type="checkbox"/> 望んだ場所で過ごせる事  |
| <input type="checkbox"/> その他 (           | )                                     |

**Step2** 医療・介護について考えましょう。

- 必要な治療や介護を受けてできるだけ自宅で生活したい
- 必要な治療や介護を受けてできるだけ病院や施設で生活したい
- 回復の見込みが無いのであれば、最小限の治療や介護を受けて自宅で生活したい
- 回復の見込みが無いのであれば、最小限の治療や介護を受けて病院や施設で生活したい
- わからない

**Step3** 予期せぬ事態に代弁してくれる人を選びましょう。

- あなたの希望や価値観に配慮して判断をできる人がいる
- 今後選ぶ予定
- 代弁してくれる人はいない

**Step4** 家族や医師、介護職員等に、治療や介護の思いについて伝えましょう。

- 私が望んでいたとおりにしてほしい
- 私が望んでいたことを基本として、家族や医師、介護職員等で相談して決めてほしい
- 私が望んでいたことと違っていても、家族や医師、介護職員等で相談して決めてよい
- わからない

**Step5** 私の引継ぎ書として市販冊子や大学ノートに書きましょう。

\*気持ちが変わることはよくあることです。その都度信頼できる家族や友人や医療・介護従事者と話し合ひましょう。

\*病状が変化したときなど定期的に考えを整理しなおし、必要に応じて主治医や家族と話ししておきましょう。記載内容には、法的拘束はありません。

私の希望：自由記載欄

20 年 月 日

本人氏名

家族

医療者

代理人氏名

## 相 談 窓 口

### 【かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局】

体のちょっとした不安や気になる時には、自宅近くで、なんでも相談できる「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」「かかりつけ薬局」を持ち、必要に応じて訪問診療や訪問歯科診療、訪問薬局、訪問看護、介護サービス、関係相談窓口につないでもらいましょう。



### 【指定居宅介護支援事業所】

介護認定を受けている方は、担当の介護支援専門員（ケアマネジャー）に相談しましょう。

事業所名	住所	電話番号
一乗ハイツ居宅介護支援事業所	牛ヶ原 154-1-1	65-5719
聖和園居宅介護支援センター	蕨生 158-35	66-1874
大野和光園居宅介護支援事業所	春日 3丁目 1718	66-6660
きらきらケアプランセンター	要町 1-13	66-3238
さくら在宅介護支援事業所	中津川 32-33	69-7762
大野市社会福祉協議会指定居宅介護支援センター	天神町 7-15	65-8774
JA 福井県ケアプランセンターテラルのほほえみ	中挟 1丁目 1401	64-5035
県民せいきょう居宅介護支援事業所（奥越）	天神町 3-21	66-6811
居宅介護支援事業所ぬくぬく	春日 2丁目 15-9	64-5333
あいケアプランセンター	中挟 3丁目 101	66-6050
まことケアプランセンター	中荒井町 2丁目 806	64-4166
おおの結まるケアセンター	下麻生嶋 96-1	65-8644

(令和7年4月)

### 【地域包括支援センター】

高齢者が住み慣れた地域で、尊厳あるその人らしい生活を送るため、高齢者の生活を支える総合相談窓口として、成年後見制度や高齢者虐待に関する相談も受け付け、他の機関と連携して高齢者の権利を守ります。

### 【在宅医療相談支援センター】

在宅医療の相談窓口は、健康長寿課内にあり、関係機関とも連携して相談に応じます。



場所： 大野市健幸福祉部健康長寿課(結とぴあ)内 電話番号 65-5046