

ご存じ
ですか？

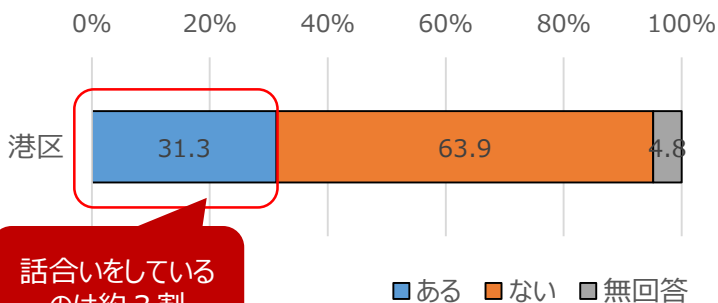
もしものとき
のために

人生会議 ～アドバンス・ケア・プランニング(ACP)～

- 『人生の最終段階』
どのような印象があり
ますか？
- とても大切なこの
時期のこと家族や
大切な人と話し合
っていますか。



人生の最終段階についての話し合いの有無



話し合いをしている
のは約3割

■ある ■ない ■無回答

大阪市高齢者実態調査（令和元年7月）

○誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。

○もし、病気になったり、体が不自由になったとしたら、あなたはどのように生きていきたいですか？誰にでも、医療や介護など、誰かの支援を必要とする時はいずれ訪れます。

○もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、繰り返し話し合い、共有する取組を「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」と呼びます。

あなたにはこのような前もっての話し合いは必要ない
かもしれません。

でも話し合いをしておけば、万が一あなたが自分の気持ち
を話せなくなった時には、心の声を伝えることができる
かけがえのないものになり、ご家族やご友人の心の負担は
軽くなるでしょう。



いつか・・・ではなく
いますることが大切！！

アドバンス・ケア・プランニング（ACP）5つのステップ

STEP 1

治療する際に大切にしたいことを考えてみましょう

- 家族や友人のそばにいたい
- 好きなことをし続けたい
- 家族に負担をかけたくない

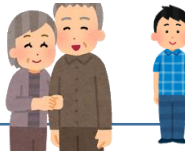


STEP 2

代弁者を決めましょう

● いざという時に、あなたの代わりに治療やケアについて代弁して（話しあって）ほしい人は？

- ・ 配偶者・子ども
- ・ きょうだい・親戚
- ・ 友人
- ・ 医療・介護従事者等



STEP 3

かかりつけ医に相談してみましょう

- 今後予想される経過は？
- 必要な医療やケアは？



STEP 4

希望する医療やケアについて話し合しましょう

- 痛みやつらさがなければできるだけケアを受けたい
- 身体に負担となる延命治療はうけたくない
- 一人にしないでほしい
- 入院するのはいやだ



STEP 5

書き留めておきましょう

～話し合いの内容を整理し、かかりつけ医や介護者に伝えておきましょう～

- 話し合った内容は記録として書き残し、周囲と共有しておきましょう。

