

～わたしのきもち～

元気で自分の意志があるうちに、自分の想いを示しておくことで、自分の望む延命治療を、家族や知人に知ってもらうことができます。

ご家族や親しい人と一緒に話し合って、ご自分の想いを共有しておきましょう。

このカードの内容は、あなたの想いとして尊重され、もしものときの参考にしてもらいましょう。



**わたしのかかりつけ医**

　病院名：

　医師名：

　連絡先：

主治医として本人のきもちを確認しました

　医師名：



**わたしの相談者**

　名前：

　関係：

　連絡先：

本人のきもちを確認しました

　確認者名：



▼たにおり



▼やまおり

▼やまおり

**あなたらしく生きるための話し合い**

さあ！人生会議しよう

ＡＣＰ～アドバンス・ケア・プランニング～

▶切り取り線



突然の病や認知症などで、自分の意思を伝えられなくなる前に

まだ早いけれど、いざというときのために、考えておきたいと思ったら

もしものときの「家族の支え」のために



人生会議（ＡＣＰ）とは？

もしものときの為に、自分が望む医療やケアについて繰り返し話し合い、共有する取り組みのことを

ACP(アドバンス・ケア・プランニング)、通称「人生会議」と呼びます。

命の危機が迫った時でなく、前もって繰り返し話し合うことが大事です。

家族と一緒にいたい

最期まで

家で過ごしたい

趣味を続けたい

美味しいものが食べたい

運動をしたい

健康でいたい

痛みのない治療がいい

安心して過ごしたい

延命治療はしたくない

****

▲切り取り線

もしものときの気持ちについて

伝えるカード付き

両面記入し、切り取って保険証と一緒に財布などに入れましょう





**治療をしても回復が見込めない状態の時の**

**「治療」についての今のきもちです。**

①心臓マッサージなどの心肺蘇生

希望する 　希望しない 　未定

②延命のための人工呼吸器の装着

希望する 　希望しない 　未定

③鼻チューブや胃ろうによる栄養補給

希望する 　希望しない 　未定

　④点滴による水分の補給

希望する 　希望しない 　未定



**自分が治療についての意思が伝えられない時**

**この人に相談してください。**

**（氏名等を記載する本人に署名してもらいましょう）**

1. 氏名　　　　　　　　　　　　続柄

（緊急時連絡先：　　　　　　　　）

1. 氏名　　　　　　　　　　　　続柄

（緊急時連絡先：　　　　　　　　）



記入日：　　　　年　　月　　日

　本人署名（自筆）

　住所

**きもちが変わった時には、**

**何度でも書き直すことができます。**

⑤鎮痛剤（痛み止め）などによる痛みの軽減

できるだけ痛みは抑えてほしい

ある程度痛みがあっても自然に過ごしたい

⑥終末期（人生の最期の時）を迎えたい場所

自宅　病院　施設（　　　　　　　）

その他（　　　　　　　　　　）未定

　⑦その他伝えたいこと

（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）



　　　　　　人生会議は・・・

なんのために行うのでしょうか？

命の危機が迫った状態になると約7割の方が、自分の意思で今後の医療や介護を決めること、またそれらを人に伝えることができなくなるといわれています。

あなたの気持ちや価値観を前もって書き留め、伝えることで、あなたの希望を叶えることにつながります。

いつ行うのが良いでしょうか？

災害、不慮の事故、突然の病など、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。

元気なうちから身近な人や医療者と話し合うことが大事です。年齢は関係ありません。今すぐ始めましょう。

◀

切り取り線

どうやって行えば良いでしょうか？

まずは身近な人と話し合いましょう。

あなたが大切にしたいことは何ですか？この先どのように過ごしていきたいですか？

できればかかりつけ医とも共有し、話し合ったことは文書に残しましょう。

気持ちが揺れて、決められなくても構いません。

何度も更新をしながら、その時の気持ちを納得いくまで書き記していきましょう。

▲切り取り線



お問い合わせ先・配布先

●美濃加茂市西部長寿支援センター

　美濃加茂市前平町1-257 / TEL 0574-24-7007

●美濃加茂市中部長寿支援センター

　美濃加茂市田島町1-31 / TEL 0574-49-8591

●美濃加茂市東部長寿支援センター

　美濃加茂市下米田町東栃井81-2 / TEL 0574-50-1777

●坂祝町地域包括支援センター

　加茂郡坂祝町黒岩153-1 / TEL 0574-25-7575

●富加町地域包括支援センター

　加茂郡富加町滝田1545 / TEL 0574-54-2184

●川辺町地域包括支援センター

　加茂郡川辺町中川辺1518-4 / TEL 0574-53-7216

●七宗町地域包括支援センター

　加茂郡七宗町上麻生2152-1 / TEL 0574-48-2046

●八百津町地域包括支援センター

　加茂郡八百津町八百津3827-1 / TEL 0574-43-3267

●白川町地域包括支援センター

　加茂郡白川町河岐1645-1 / TEL 0574-74-0808

●東白川村地域包括支援センター

　加茂郡東白川村神土692-2 / TEL 0574-78-2100

発行：加茂地域包括ケアネットワーク推進協議会