

これからの医療・ケアについての話し合い

アドバンス・ケア・プランニング(人生会議)

～あなたがあなたらしく生きていくために～



この冊子は、あなたが家族・親しい人と、あなたのこれからの人生について話し合うためのものです。

時代が変わっていくように、私たち自身もいろいろなことが変化します。いつまでもこのままでと願っていても、歳を重ねると私たちの身体機能や認知機能は衰えます。『もしもの時』が訪れたとしても、あなたがあなたらしく穏やかに生ききるために、あなたの思いを、周囲の人や医療チームに伝えておくことは大切です。

氏名： _____



◆アドバンス・ケア・プランニング (ACP:人生会議)とは？

将来の意思決定能力に備えて、今後の医療・ケアに関する意向、代理意思決定者などについて患者・家族・親しい人・医療チームがあらかじめ話し合うプロセス（過程）を言います。

急な事故や病状の悪化、認知症が進んでしまうことにより、あなたが受きたい治療・ケア、過ごしたい療養・生活場所の希望を、ご自身で判断したり伝えることができなくなる『もしもの時』が訪れてしまうかもしれません。『もしもの時』が訪れても、あなたの思いを家族・親しい人や医療チームと共有しておくことで、あなたの意思を尊重した医療・ケアを決定することができます。また、代わりに判断する方の悩みや負担を軽くすることができます。

◆いつするの？

今から始めましょう！『もしもの時』がいつ訪れるかは、誰にも分かりません。伝える元気がある今のうちに始めてはいかがでしょうか。

また、希望や思いは時間の経過や健康状態によって変化していきます。一度きりではなく、生活環境の変化や何かの出来事があった時、気持ちが変わった時などに、何度も繰り返し話し合うのがいいでしょう。

◆どのようにはじめるの？

ステップ1：あなたのことを伝えましょう

ステップ2：あなたの「幸せ」について考えてみましょう

ステップ3：あなたの望みを教えてください

ステップ4：話し合しましょう



ステップ1：◆あなたのことを伝えましょう

あなたがどんな人生を送ってきたのかを教えていただくことは、あなたの今後の過ごし方を相談させていただくうえで参考になります。

1) あなたの家族・親しい人は？

2) 趣味や楽しみはなんですか？

3) 人生において支えになった人、できごとはありますか？

4) あなたが今一番大切にしているもの、あなたの支えになっていることは何ですか？

(例えば、家族・親しい人と過ごす時間 趣味の時間 健康管理 仕事 など)



ステップ2：◆あなたの「幸せ」について考えてみましょう

あなたの人生にとって幸せと思うことはなんだろう？と考えてみて下さい

- 自分の意思通りの医療・ケアを受けられること
- 自分が信頼できる家族・親しい人の意思通りの医療・ケアを受けること
- 楽しみや喜びにつながることもあること
- 身の回りのことが自分でできること
- 人として大切にされること
- 社会や家族・親しい人の中で役割が果たせること
- 痛みや苦しみが少なく過ごせること
- 人の迷惑にならないこと
- 自然に近い形で過ごすこと
- 先々に起こることを詳しく知っておくこと
- 弱った姿を見せないこと
- 信仰に支えられること
- 家族・親しい人と十分な時間を過ごせること
- 落ち着いた環境で過ごせること
- 人生を全うしたと感ずること
- 望んだ場所で過ごせること
- 医療チームを信頼できること
- 納得いくまで十分な説明を受けること
- 大切な人に思いを伝えること
- 病気や死を意識せずに過ごすこと
- 生きていることに価値を感じられること
- その他



ステップ3：◆あなたの望みを教えてください

あなたが希望する医療・ケアについて教えてください

1) あなたはご自身の病名・病状を知っていますか？

これからの医療・ケアについて考えるためには病状を知っている必要があります。あなたはご自身の病名や病状、これからの予測される経過や、受けるであろう具体的な医療・ケアなどについて医師から説明を受けましたか？当てはまる方を選んでください。

はい

いいえ

もし、更に知っておきたいと思う情報があれば以下に書いてみましょう。

一般的に、患者は主治医から、医療・ケアについて以下のようなことを聞くことができます。

医療・ケアの利益（メリット）

医療・ケアの不利益（デメリット）

他の医療・ケアの方法

医療・ケアによってあなたの生活にどんな影響があるのか

病気の予想される経過

治ることが難しい場合、その理由や予想される余命



2) あなたは、あなたが現在受けている医療・ケアについてどのように思っていますか？また、不安に思っていることや心配なことは何ですか？

(透析療法を受けている方は透析療法についてどのように思っているか、また、不安に思っていることや心配なことについて教えてください。)

3) 将来、病状が悪化した場合や他の病気によって、人生の時間が限られているとしたら、受ける医療・ケアに対する希望はありますか？

病状が良くなることを目指した積極的な医療を受けたい

病状の回復が望めなくても。一日でも長く生きられるような医療（人工呼吸器装着など）をしてほしい

苦痛なく自分らしさを保つことに焦点を当てた緩和ケアを受けたい

苦痛を和らげたいが、家族・親しい人と会話ができる程度の苦痛緩和医療を受けたい

苦痛を和らげるために、意識がなくなってもよいので十分な苦痛緩和医療を受けたい

その他

4) なぜそう思うのですか？ 3) で選んだ項目の理由を教えてください。



5) 将来「もしもの時」が近くなった時には、どこで療養したいですか？

自宅

病院

介護医療院

特別養護老人ホーム、有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅、ケアハウス

その他（ ）

わからない

ステップ4：◆話し合しましょう

あなたのこれからについて家族・親しい人と話し合ってみてください

あなたが信頼してあなたのことを任せることができる人（キーパーソン）は誰でしょう。

あなたのことを一番わかってくれていて、もしもの時にあなたに代わって判断してくれる人（代理決定者）を決めておきますか。家族がいない場合は、友人、近所の人、内縁などの親しい人でも構いません。あなたのことを親身になって考えてくれる人はいますか？

代理決定者 []

代理決定者に選んだ理由

[]

代理決定者に選んだ人との関係 []

上記の方以外に、信頼してあなたのことを親身になって考えてくれる人がいれば書いておきましょう。

[続柄：]



もしも、生命の危機に直面した時、延命処置を希望しますか？家族・親しい人と考えてみて下さい。（延命処置とは…ここで言う延命処置とは、心臓が動いていないときに心臓マッサージをしたり、呼吸がないとき人工呼吸器をつけたり、血圧が下がった時に血圧を上げる薬を使うことです）生命の危機に直面した時の希望を話し合い、書き残しておきましょう。

【最後に・・・】

川島病院グループでは、将来自らが判断能力を失った時、自分に行われる医療・ケアに対する意向を、前もって意思表示するための「事前指示書」を準備しています。詳しくお知りになりたい方はスタッフへご相談ください。

「事前指示書」をすでに作成している

「事前指示書」について説明を希望する

「事前指示書」についての説明を希望しないが、家族・親しい人に意思を口頭で表示している

「事前指示書」の説明を希望しなく、家族・親しい人に意思を口頭で表示していない

