

考えていますか？もしものときのこと

# 人生会議 ACP (アドバンス・ケア・プランニング)



あなたが希望する医療やケアを受けるために、  
あなたが大切にしていることや望んでいること、  
どこでどのような医療やケアを望むかを  
**自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たち  
と繰り返し話し合い、共有することが重要です**

この取り組みを「**人生会議 ACP (アドバンス・  
ケア・プランニング)**」と呼びます



## あなたらしい人生の過ごし方を考えてみましょう

もしも一人で生活が  
できなくなったら・・・

住み慣れた自宅？  
施設？  
それとも病院？



もしも食べられなくなったら・・・

胃ろうにする？  
人工的栄養に頼らず、  
自然に任せる？

※個人の主体的な行いによって考え、進めるものであり、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

**STEP 1 : あなたにとって大切なことは  
どんなことですか？**

- ・身の回りのことが自分でできること
- ・家族に負担はかけたくない
- ・痛みや苦しみがでないこと



**STEP 2 : もしものとき、信頼できる人は  
誰かを考えてみましょう**

どんなときでも、あなたの希望を尊重できる人



**STEP 5 : 伝えましょう**

- ・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



**STEP 3 : 主治医やかかりつけ医に  
あなたの思いを伝えましょう**

- ・必要とされる医療やケアは？
- ・今後予測される経過は？



**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治療したい
- ・入院はいやだ、できるだけ自宅で過ごしたい

**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くものです  
何度も繰り返し考えていきましょう**