



人生会議＝ACP(アドバンス・ケア・プランニング) について・・・

人生会議は、あなたの意思を尊重し、あなたの人生をよりよいものにするための手助けとなります。

自分自身や家族の最期を望みどおりに迎えるために、どのような準備が必要となるでしょうか。

今回は具体的な内容についてお知らせします。

ステップ1 これからの生活や自分が大切にしたいことを考えてみましょう。

ステップ2 もしもの時、あなたの思い、考えを理解し伝えてくれる人を選びましょう。

ステップ3 主治医に相談してみましょう。

ステップ4 主治医、ケアマネなどとあなたの希望について話し合みましょう。

ステップ5 考えたこと、相談した内容を記録しましょう。

やりたいこと

- 自分の家で過ごしたい。
- 家族のそばにいたいけど家族に負担をかけることが心配。など



たとえば

- 配偶者
- 子供たち
- きょうだい
- 知人、友人 など

今後、予想される治療方法や病状の変化、介護ケアについて聞いてみましょう。

希望する治療方法や介護ケアについて話し合みましょう。

- 痛いのは嫌だ
- 家族と過ごしたい
- 病院への入院は嫌、施設のほうが良い など

話し合った内容をしっかり書き残しましょう。また、あなたの思いや考えを理解してくれる人と共有しましょう。



突然・・・病気や事故で意識や判断能力の回復が見込めない状態になることも考えられます。年齢や性別に関係なく、元気なうちから考えていくことをお勧めします。

これまでの事、これからの事、考えられる事から、あわてずに、家族や身近な人たちと話し合ひましょう。また、内容はしっかり書き留めておきましょう。その時に「エンディングノート」などを活用すると良いでしょう。こころの変化に合わせて変更することをためらわず、誕生日等の記念日に見直すことをお勧めします。

歳を取っても、病気や怪我で後遺症を抱えたとしても、一人ひとりが生命、自由、幸福を追求する権利があります。

地域包括支援センターは高齢者の健康維持、保健・福祉・医療・介護予防の向上のために設置されています。同時に在宅療養や介護、虐待や認知症などの相談窓口となり、必要な援助や支援を専門的、総合的に行います。



- ・ 下田市地域包括支援センター 下田市役所市民保健課内 0558-36-4146 月～金 8:30～17:15
- ・ 南伊豆町地域包括支援センター 南伊豆町健康福祉センター内 0558-36-3335 月～金 8:30～17:15
- ・ 東伊豆町地域包括支援センター 東伊豆町役場健康づくり課内 0557-95-1106 月～金 8:30～17:15
- ・ 河津町地域包括支援センター 河津町保健福祉センター内 0558-34-1938 月～金 8:15～17:00
- ・ 松崎町地域包括支援センター 松崎町役場健康福祉課内 0558-42-3966 月～金 8:15～17:00
- ・ 地域包括支援センターにしいず 西伊豆町福祉センター内 0558-52-3030 月～金 8:15～17:00

※土日・祝日・年末年始（12/29～1/3）除く

賀茂地区在宅医療・介護  
連携推進支援センター

0558-25-3535

下田メディカルセンター  
地域医療連携室内