

人生会議 | アドバンス・ケア・プランニング(ACP)

*人生会議 | アドバンス・ケア・プランニング(ACP)とは？

もしもの時のことを、考えたことはありますか？



誰でも、いつでも命に係わる大きな病気やケガをする可能性があります。

命の危険が迫った状態になると、約70%の方が医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることが難しくなると言われています。

そのような時に備えて、自分が大切にしていることや、どのような医療やケアを望んでいるかについて、考えたり、信頼する人と話し合ったりすることを、「**人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)**」と言います。

*いつ始めれば良い？

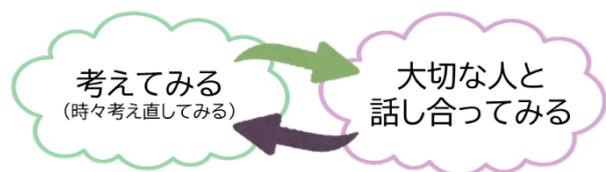
自分が考えたいと思った、その時がタイミングです。

「縁起でもない」「まだ必要ない」と思うかもしれませんが、もしもの時に備えて話し合いをしておくと、自分の思いに沿った治療やケアを受けられる助けになります。

*どんな話をする？

次のようなことを考え、話し合いを繰り返していきましょう。

- ・大切にしたいこと
- ・気がかりなこと
- ・治療やケア、療養場所など、過ごし方の希望
- ・もしもの時、自分の代わりに伝えてくれる人 など



*もしも気持ちが変わった場合はどうすれば良い？

時間の経過や体調の変化によって、気持ちが変わることは誰でもあることです。

何度でも、いつでも、内容を訂正することができます。

人生会議(ACP)に法的な拘束力はありません。

必要に応じて大切な人と話し合いを繰り返していきましょう。

*当院の取り組みについて

患者さん・ご家族を始め市民の皆さんや職員に対し、人生会議(ACP)の普及を推進しています。

・横浜市「もしも手帳」の配布



「もしも手帳」は、横浜市が作成した人生会議のための手帳です。3つの質問を通して、もしもの時にどのような医療やケアを望むのかを前もって話し合い、自分の思いを伝えるきっかけになることを目的としています。院内各所に設置し、ご自由にお取りいただけます。

もしも手帳の内容(画像は一部)

あなたの大切にしていること
(生きがい、楽しみ等)

① “もしも” 治らない病気などになり、自分の気持ちを伝えられなくなったら、どんな治療やケアを受けて過ごしたいですか？

- できるだけ長く生きるための治療を受けたい
- 痛みやつらさを軽減する治療やケアのみしてほしい
- すべての治療やケアを受けたくない
- わからない
- その他

② “もしも” 治療やケアについて、自分で決められなくなったら、代わりに誰に話し合ってもらいたいですか？ (複数可)

- 配偶者 (夫 ・ 妻)
- 子ども ・ 親族
- 友人 ・ 知人
- その他 (かかりつけ医 ・ ケアマネジャー 等)
- 頼める人はいない

③ “もしも” 治らない病気などになったら、どこで過ごしたいですか？ (複数可)

- 自宅
- 病院
- 施設
- 今はわからない
- その他、自由に

氏名 _____

書いた日 _____ 年 月 日

話し合った日 _____ 年 月 日

話し合った人 _____

気持ちが変わったら何度でも書き直していきましょう。

「もしも手帳」詳細は、[こちら\(横浜市ホームページ\)](#)もご覧下さい。

・ACP シート「これからの治療やケアについて私の気持ち」の作成

より具体的に今後のことを考えておきたい方に向けて、作成しています。

院内各所に設置し、ご自由にお取りいただけます。

下記からも PDF ファイルをダウンロードして、印刷してご利用いただけます。

記入されましたら、主治医または看護師にお知らせください。

ACP シート「これからの治療・ケアについて私の気持ち」

また、医療等に関する意思確認書も作成しています。(こちらの記入にあたっては主治医とご相談ください)

・「もしバナゲーム」の開催

カードゲーム方式で、自分の大切にしたいことを考えるものです。

人生会議(ACP)を体験する機会として、みなみフェスタやがんサロンミニ講座で行っています。

令和6年度みなみフェスタでも多くの方にご参加いただきました。



・職員研修会

院内職員を対象に、定期的に研修会を行っています。

令和4年度職員研修会では、皆で「もしも」について話し合いました。



外部リンク

[厚生労働省ホームページ：人生会議学習サイト](#)

[横浜市ホームページ：アドバンス・ケア・プランニング \(ACP\) “人生会議”について](#)