



もしもの時のこと、考えてみませんか？ ～アドバンス・ケア・プランニング（ACP）

考えたくないことですが、人生の最終段階は、年齢に関わらず、いつ訪れることになるかわかりません。その場合、多くの場面で自らの意思を決定することが困難であることが指摘されています。

桑名市と桑名医師会では、すべての人に、自分自身と家族の最終段階における医療やケアのあり方を自分ごととして、ご家族等と話し合う機会を持っていただきたいと考え、アドバンス・ケア・プランニング（ACP）シートを作成しました。

心身の状況や環境が変化すると、意思や想いも変化するものです。折をみて、繰り返し話し合ってみませんか。



アドバンス・ケア・プランニング（ACP）とは？

もしもの時に備えて、受けたい医療やケアについて、あなたの希望や想いを、家族や大切な人、かかりつけ医をはじめとした医療者や介護やケアに携わる人とともに話し合っておくことです。



いつから始めるの？

- 1 今から始めましょう！元気な方でも、いつ、もしもの時を迎えるかわかりません。そうなる前に、あなたの希望や想いを整理して家族や大切な人と話し合えば、自分で意思を伝えたり判断することが難しくなった時に、家族等があなたご自身の希望に配慮した対応をしやすくなり、代わりに判断する時の悩みや負担を軽くすることができます。
- 2 今、医療や介護を受けている方は、あなたの想いや希望に沿った最適の選択ができるように、かかりつけ医をはじめとした医療者とともに相談しながら考えてみましょう。わからないことがあれば、ケアマネジャーや地域包括支援センターにも相談することができます。

病気になったり介護が必要になった時、これからどのように暮らしたいか、また、治療やケアについて考えて書いてみましょう。



アドバンス・ケア・プランニングシート

年 月 日 氏名

あなたにとって大切なことは？

あなたの人で大切にしたいことは何ですか？
これから、どのように暮らしていきたいですか？
あなたの目標・希望・想いについて気持ちを整理してみましょう。

望みが実現すること
 身の周りのことが自分でできること。
 元気で過ごせること。
 一日でも長く生きること。
 家族や大切な人との時間を大切にすること。

あなたが受ける治療やケアの希望は？

考えたくないことですが、あなたが病気になったり、大きなケガをした時のことについて、あらかじめ、あなたの希望や想いについてのメモを書いておくこと、もしもの時に役立ちます。
あなたがこれから受けるかもしれない治療やケアについて、どう考えますか？
あなたの目標・希望・想いについて気持ちを整理してみましょう。

もしも、病気になったり大きなケガをしたら？
 一日でも長く生きられるような治療を受けたい。
 回復を求めて治療を受けて、それから考えたい。
 とにかく痛みがなくなることを目指したい治療を受けたい。
 死期が近づいても、痛みや苦しみを和らげるための十分な処置や治療を受けたい。
 できるだけ自然な形で静かに逝きたい。必要最小限の治療を受けたい。
 死後が尊厳ある、静かに逝きたい。

② もしも、病気や障害などで自分で決められない状態になった時は、どこで、どのように過ごしたいですか？

どこで？
 病院 家族に協力してもらいたい。
 施設 高齢者トータルケア、介護施設でできる生活がしたい。
 自宅 どこかへ移住したい。
 その他 家族に連絡をかけたくない。
() その他 ()
 わからない

③ もしも、病状が進み、意識が昏くなった時に過ごしたい場所はどこですか？

病院 施設 ()
 自宅 その他 ()
 わからない

あなたの代わりの判断は誰にしてほしい？

もしも、病状や認知症が進み、判断が難しい場合など、あなた自身が判断したり意思を伝えることができなくなった時、あなたの代わりに医療やケアの判断をしてもらいたい人を選んでおくことは大切です。代わりの判断は誰にしてほしいと思いますか？

医師等 (夫・妻) 子ども ()
 親戚 () 友人等 ()
 代理人 () その他 ()
 わからない

あなたの考えや想いを自由に書いてみましょう。

桑名市役所 保健医療課、地域包括支援センター、
桑名医師会 桑名市在宅医療・介護連携支援センターで
お渡しできます。
また、桑名市ホームページからダウンロードできます。

桑名市 ACP



検索