

## 『人生会議』ご存じですか？ ～「もしものときの話し合い」～

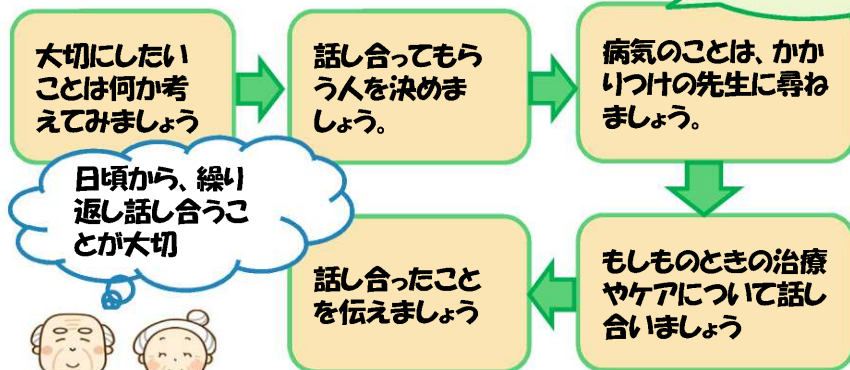
人は誰でも、いつでも、命に係わる大きな病気やけがをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると、約70%の方が医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたいすることができなくなると言われています。もしもあなたが、病気やけがで意思表示ができなくなってしまうと…

(厚生労働省人生会議リーフレット引用)

「もしものときの話し合い・人生会議」をしておけば…

1. あなたの望みに沿った治療やケアを受けられる可能性が高くなります。
2. あなたの信頼する人が、あなたの代わりに、治療やケアについて難しい決断をする場合の助けになり、心の負担が軽くなるかもしれません。

### 人生会議



## 『想いを紡ぎ 心を繋ぐノート』について

- 書きたいところから、自由に、「今」の気持ちを書きましょう。状況によって、気持ちが揺らぐのは、当たり前です。一度にすべて書く必要はありません。いつでも、書きたい気持ちになったときに書きましょう。何度でも、書き直しても大丈夫です。



- 書いた日付を必ず書きましょう。最も新しい日付が優先されます。
- このノートを書いていることを信頼する人に伝えましょう。そして、よく見える冷蔵庫に貼きましょう。



生き生きと生きる  
ために書きましょう

P1 「はじめに」は、繰り返し読みましょう。

P2 「人生会議」で話し合い、想いを伝えた人の名前を書きましょう。

P3 書き方の手引きを読んで、望む医療やケアを選びましょう。  
「選択肢」がないときは、「その他」の欄に、望みをあいのままに書きましょう。

P5～9 <延命治療のこと>

- 「終末期」の意味は、P9をご覧ください。
- 病気のことや延命治療など、わからないことは、かかりつけの先生や看護師さんに尋ねましょう。
- 終末期に救急車を呼ぶということは、延命を望むということです。

P10 このノートにないこと(例えば痛みのこと)などの望みを書きましょう。

### 『もしものときのこと・・・』

あなたは、人生の最期を、どこでどのように過ごしたいですか？

あなたは、どのような医療やケアを望みますか？

あなたは、あなたの信頼する人と話し合いをしていますか？

あなたの信頼する人に、自分の想いを伝えましょう

在宅医療・介護連携相談支援センターでは、地域の公民館で、「想いを紡ぎ 心を繋ぐノート」の出前講座を開催しています。講座の用紙は、お気軽に、都城市介護保険課、三股町・地域包括支援センター、民生委員さんなどにお気軽にお尋ね下さい。



発行：都城市・三股町在宅医療・介護連携推進協議会  
在宅医療・介護連携相談支援センター

### 市民の皆様へのしおり

都城市・三股町版 エンディングノート  
『**想いを紡ぎ 心を繋ぐノート**』



**住み慣れた地域で 人生の最期まで  
自分らしく 生きるために・・・**

『想いを紡ぎ 心を繋ぐノート』を備えましょう。