

元気うちから考えてみませんか？

## 長久手エリアACPシート 「わたしの思いをつなぐシート」

長久手市医療・介護・福祉ネットワーク運営分科会  
入退院支援部会



あなたの思いや大切にしている事を伝えるひとつの方法として「人生会議」(ACPアドバンスケアプランニング)があります  
意思決定能力が低下する場合に備え、あらかじめあなたの望む医療とケアについて家族や親しい方々、あなたの医療・ケアに関わる支援者と繰り返し話し合っ共有する取り組みです

人は、誰にでも  
人生の最期を迎える時が訪れます  
自分にもしものことがあった時に備え、「自分はこうしたい」「こう生きていきたい」という希望を  
元気うちから自分で考え  
自分の言葉で残しておきませんか？

あなたの「思い」は  
次の3つを中心に記しておきましょう

1. あなたにとって大切にしたいこと
2. あなたが受ける「医療」や「ケア」に対する希望
3. あなたの代わりに「医療」や「ケア」に関する選択をする「代弁者」

あなたの希望をあなたの言葉で伝えることは、  
あなたの大切な人を守ることにもなります

### 「わたしの思いをつなぐシート」 を書くにあたっての留意点

- ・「わたしの思いをつなぐシート」は、記載することが目的ではありません。家族や親しい方々と自分の生き方(最期の時も含め)について十分に話し合う、その過程がとても大切です。かかりつけ医や主治医、ケアマネジャー、あなたの周りにいる支援者にも相談しましょう。
- ・人の気持ちは揺れ動くものです。環境や心身の調子によって変化します。気持ちが変わったときはいつでも、何度でも書き直すことができます。定期的に内容を見直すことも大切です。書き直した日付は忘れずに記載しましょう。

※「わたしの思いをつなぐシート」には法的効力や強制力はありません。

※医師をはじめとする医療従事者や介護従事者は、本人の意思が確認できる場合には、本人による意思決定を基本とした上で、医療(治療)・ケア(介護)に関する方針を決定しています。本人の意思が不明な場合は、医療・介護の妥当性・適切性を判断して、本人にとって最善な医療(治療)・ケア方針をとることを基本とします。

【参考：人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン 2018. 3月 厚生労働省】