



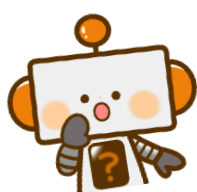
いつまでも

えがお



知っていますか？人生会議

「人生会議」とはアドバンス・ケア・プランニング(Advance Care Planning)の愛称です。アドバンス・ケア・プランニングとは、ご自身が大切にしていることや望む生き方について考えたり、ご自身の信頼する周りの人々とふだんから話してみたりすることを言います。



〇具体的にどんなことをするのですか？

まずはあなたが大切にしていることについて周りの人と話をします。その際の内容について決まりはありません。「美味しいものを食べたい」「同窓会に行きたい」「趣味のカラオケをいつまでも続けたい」など、自分の大切にしていることについて、何度でも繰り返し話し合うことが大切です。そのことが最終的にどのような医療・ケアを受けたいか、どのように暮らしていきたいかに繋がっていきます。

〇いつからできた言葉？

2018年11月30日 ACP の考え方を広げ、理解してもらうために、厚生労働省はACPの愛称を「人生会議」に決定しました。11月30日(いい看取り・看取られ)を「人生会議の日」とし、人生の最終段階における医療・ケアについて考える日として普及・啓発を行っています。

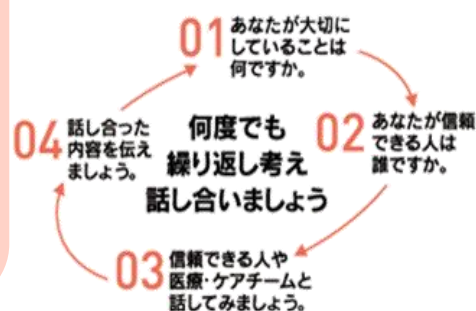


STEP1 あなたが大切にしていることは何か考えてみましょう。

STEP2 あなたが信頼できる人は誰か考えてみましょう。

STEP3 信頼できる人や医療・ケアチームと話をしてみましょう。

STEP4 話し合った内容を伝えましょう。



※人生会議をしなくてはならないというわけでは、決してありません。
個人の主体的な行いによって進めるものになります。

引用文献:厚生労働省ホームページ 人生会議してみませんか (https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html)

高齢者のみなさんが住み慣れた地域で、いつまでもお元気で安心して過ごして頂けるよう、様々な支援を行うために西宮市が主体となって設置している身近な相談窓口です。



西宮市高齢者あんしん窓口

