



～あなたの声を届げるために～

## 「人生会議」をしてみませんか？

誰でも、突然の病気や事故によって、自分の希望や想いを伝えることが難しくなる場合があります。

そのため、大切にしていることや希望する医療や介護について、元気なうちから考え、家族や友人、医療・介護関係者など信頼できる人たちと話し合い、共有しておくことが重要です。

気持ちは時間とともに変わるため、何度でも繰り返し、今の希望や想いを話し合ってみましょう。



考える



話し合う



共有する

名前： \_\_\_\_\_

記入日： \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

## STEP 1 大切にしていることを考えてみましょう



これから、どのように生活をしていきたいですか？  
まずは、今の気持ちを整理してみましょう。

### 1) あなたにとって大切なことはなんですか？

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 家族や大切な人と一緒に過ごすこと  | <input type="checkbox"/> ひとりの時間がもてること     |
| <input type="checkbox"/> 趣味など好きなことができること   | <input type="checkbox"/> 身の回りのことが自分でできること |
| <input type="checkbox"/> 仕事や社会的な役割が続けられること | <input type="checkbox"/> 経済的に困らないこと       |
| <input type="checkbox"/> 家族の負担にならないこと      | <input type="checkbox"/> 痛みや苦しみが少なく過ごせること |
| <input type="checkbox"/> 納得いくまで十分な治療を受けること | <input type="checkbox"/> その他 ( _____ )    |

### 2) これから、どのような生活をしていきたいですか？



『 \_\_\_\_\_ 』

### 3) 望む生活を続けるために、どのようなことを心がけていますか？

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

### 4) 生活の中で不安や心配に思うことはありますか？

- |  |                                 |
|--|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 今の体調のこと       | <input type="checkbox"/> 仕事のこと  |
| <input type="checkbox"/> 家族に関すること      | <input type="checkbox"/> 経済的なこと |
| <input type="checkbox"/> その他 ( _____ ) |                                 |

## STEP 2 信頼できる人は誰か考えてみましょう



将来、自分の希望や想いを上手く伝えることができなくなった時、  
代わりにあなたの声を届けてくれる信頼できる人を思い浮かべてみましょう。

名前		関係		連絡先	
名前		関係		連絡先	

### STEP3 希望する医療や介護について考えてみましょう



今後、どのような医療や介護を受けたいですか？町民アンケートによると、人生の最期を迎えたい場所について、約4割の人が話し合われています。病気がある場合は、将来どうなるのか、どういう治療ができるのか、かかりつけの先生にも相談しておきましょう。

#### 1) 将来、介護が必要となった時、どこで過ごしたいですか？

住み慣れた自宅で過ごしたい

施設に入所したい

#### 2) 医療が必要な状態となった時、どうしたいですか？

必要な時だけ入院して、  
できるだけ自宅にいたい

ずっと入院していきたい

#### 3) 医療や介護について希望はありますか？

積極的な治療を受けたい

積極的な治療は受けたくない

苦痛を和らげる医療や介護を受けたい

その他（ ）

#### 4) どのような医療を希望しますか？

##### 急変時

- |            |                               |                                |                                |
|------------|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| ① 心臓マッサージ  | <input type="checkbox"/> 希望する | <input type="checkbox"/> 希望しない | <input type="checkbox"/> 分からない |
| ② 人工呼吸器    | <input type="checkbox"/> 希望する | <input type="checkbox"/> 希望しない | <input type="checkbox"/> 分からない |
| ③ 血圧を上げる点滴 | <input type="checkbox"/> 希望する | <input type="checkbox"/> 希望しない | <input type="checkbox"/> 分からない |

もしもの時、あなたの声を代わりに届けてくれる人が、迷わず判断できるように、今から少しずつ考えてみましょう。



##### 食べ物を食べられなくなった時

- |                            |                               |                                |                                |
|----------------------------|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| ① 鼻から胃までチューブを入れて、栄養剤を注入する  | <input type="checkbox"/> 希望する | <input type="checkbox"/> 希望しない | <input type="checkbox"/> 分からない |
| ② お腹に小さな穴を開け、栄養剤を注入する      | <input type="checkbox"/> 希望する | <input type="checkbox"/> 希望しない | <input type="checkbox"/> 分からない |
| ③ 心臓近くの太い血管にチューブを入れて、点滴を行う | <input type="checkbox"/> 希望する | <input type="checkbox"/> 希望しない | <input type="checkbox"/> 分からない |
| ④ 手から水分補給の点滴を行う            | <input type="checkbox"/> 希望する | <input type="checkbox"/> 希望しない | <input type="checkbox"/> 分からない |

#### 5) 人生の最期を迎える時、どこで過ごしたいですか？

住み慣れた自宅で過ごしたい

施設で過ごしたい

病院で過ごしたい

分からない

住み慣れた地域を離れても、家族と一緒に過ごしたい

その他（ ）



必要な医療や介護のサービスを活用し、最期の数日だけでも自宅に帰り、看取りをする方法もあります。

## STEP4 希望や想いについて話し合い、共有しましょう

希望や想いは、健康状態や時間とともに変わることがあります。  
最期まで自分らしく過ごすためにも、何度でも話してみましょう。

話し合った日

年 月 日

話し合った相手

( )

話し合った内容を書き留めておきましょう



## STEP5 知っておきたい自宅で利用できる医療・介護保険サービス&相談窓口

### 訪問診療

病気のために通院が困難な人に対して、医師が定期的に訪問し、診療を行います

### 往診

病状が悪化したなど、緊急の場合に対して、医師が訪問し、診療を行います

### 訪問リハビリ

リハビリの専門職が訪問し、リハビリテーションを行います

### 訪問看護

看護師などが訪問し、医師の指示のもと、必要な処置や病状の観察、療養上の世話をを行います

### 通所リハビリ

日帰りで医療機関や介護施設に通い、リハビリテーションを行います

### 通所介護

日帰りで施設に通い、入浴や食事の提供、日常生活上の介護などを行います

### 訪問介護

ホームヘルパーが訪問し、食事や排泄などの身体介護や掃除や洗濯などの生活支援を行います

### 居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師などが訪問し、療養上の管理や指導を行います

### 短期入所生活・療養介護

施設に短期間入所して、食事や入浴などの介護や機能訓練を行います

### 小規模 多機能型居宅介護

施設への通いを中心として、短期間の宿泊や訪問を組合せ、日常生活上の支援や機能訓練を行います

### 福祉用具貸与・購入

ポータブルトイレなど特定の用具を購入する際、費用の一部を支給します。また、歩行器などの用具を借りることができます

### 住宅改修

手すりの取付やスロープの設置などの費用を支給します

## 相談窓口



### 病院や入退院に関すること

周防大島町立大島病院（地域連携室） ☎74-2580

周防大島町立東和病院（地域連携室） ☎78-0310

### 介護保険サービスや生活全般に関すること

周防大島町地域包括支援センター ☎73-5506