



# 健康だより

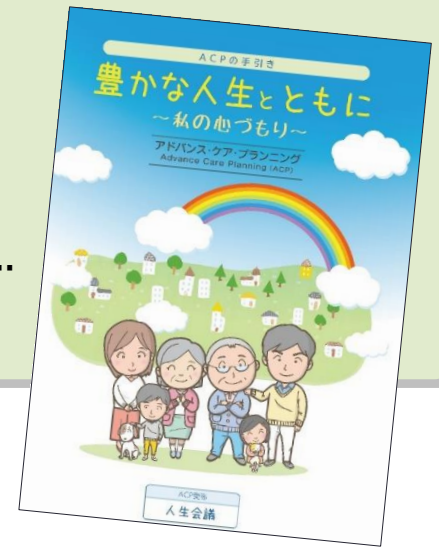
2023.3 発行  
コミュニティナーズより

## —— 人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング） ——

人生会議って聞いたことはありますか？

もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、  
前もって考え、家族や医師などの信頼できる人たちと話し合い、  
意思決定をしていく手順のことです。

自分の人生について見つめ直し、何を大切に生きていきたいか…  
この機会に一緒に考えていきましょう。



※ラックに「ACPの手引き」を置いてありますので、ご自由にお取りください。

### 人生会議についての調査（厚生労働省の調べ2017年実施）

- ・人生の最終段階における医療・療養について考えたことがある人は**59.3%**となっています。  
しかし、実際に家族や医療従事者と詳しく話し合ったり、共有した人はわずか**2.7%**です。
- ・命の危機が迫った状態になると、**約70%**の人が医療やケアなどを自分で決めたり、希望を伝えることができなくなると言われています。



あなたが大切にしていることは何ですか？

あなたが信頼できる人は誰ですか？

信頼できる人や医療・ケアチームと話し合いましたか？

話し合いの結果を大切な人たちに伝えて共有しましたか？

心身の状態に応じて意思は変化することがあるため 何度でも 繰り返し考え 話し合いましょう