



Inclusive support

地域包括支援センター

行方市地域包括支援センター

☎0299-55-0114

いつまでも健やかに住み慣れた地域で生活していけるよう、高齢者やご家族の皆さんを、医療、保険、介護および福祉など、さまざまな面から総合的に支援します。

自分の最期をどのように迎えたいか、考え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、繰り返し話し合い、共有する取り組みを「**人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）**」と呼びます。



誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガ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ること、望みを人に伝えることができなくなるといわれています。大切にしていることや望んでいること、どこでどのような医療やケアを望むかを自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有することが重要です。元気なうちから“もしも”のことを考え、大切な人たちと話し合みましょう。

ACP サイクル

1. 考えてみる

自分はどんな事が大切なのか、何を大事にしたいのか、どんな医療を受けたいのか考えてみましょう。



2. 信頼できる人に話す

考えたことについて家族や信頼できる人に話してみましょう。



3. 書き留める

考えたことや話し合った事を書き留めてみましょう



この考え方は
変わります

※このような考え方に賛同できない方もいらっしゃいます。

あくまでも個人の主体的な考えにより進めるものです。無理強いするものではありません。