

“自分らしい生き方”の第一歩！「人生会議」とは？



イラスト/漫画：幡谷智子

やりたいこと 大事にしたいこと 望む医療やケア など
周りの大切な人と話し合ってみましょう！



「人生会議」をしましょう！

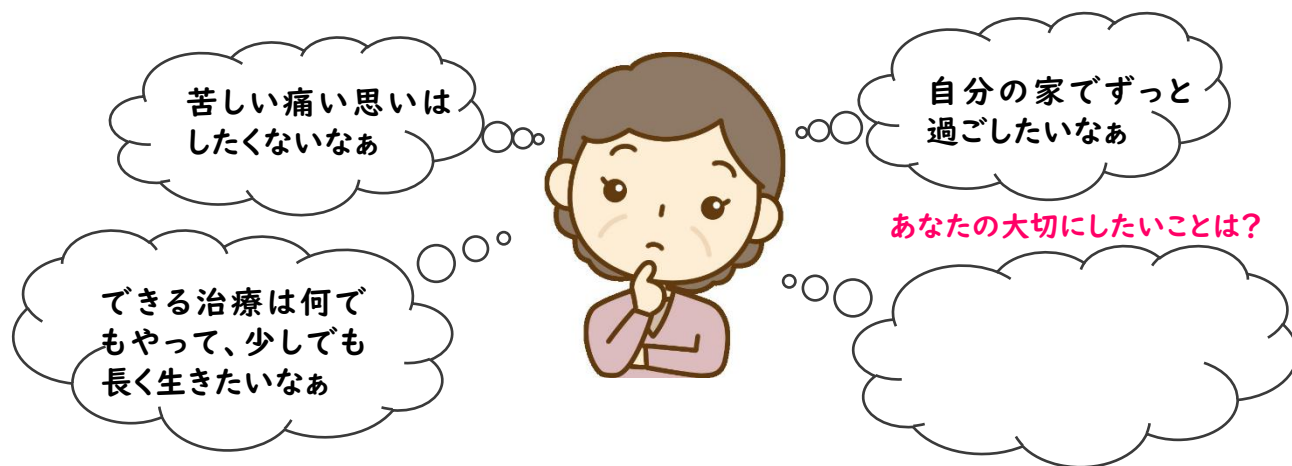
自らが希望する医療・ケアについて話し合ってみませんか

人は皆、いつでも命に関わるような大きな病気やケガをして命に危険が差し迫った状態になる可能性があります。命に危険が迫った状態になると、約 70%の方がこれからの治療やケアについて自分で決めたり、人に伝えたりすることができなくなると言われています。

あなたの考えを整理し、大切な人と話し合っておくと「もしもの時」の判断に役立ちます。

本人、家族、医療、介護スタッフと意思統一を

もしも、容態が急変した場合、どこまでの医療を希望するか等、ご家族やご友人、医療・介護のスタッフ等と繰り返し話し合い、共通の認識を持つておくことは大切です。自分自身が中心となり、家族や医療・ケアチームと繰り返し話し合うことを「人生会議」といいます。



<人生会議のすすめ方>

① 考える

あなたの大切にしたいことは何ですか



② 選ぶ

家族や友人、知人、
周囲の支援者など
信頼できる人

もしものとき
あなたの代わりに思いを
伝えてくれる人は誰ですか



③ 話し合う

あなたの思いについて
信頼できる人と話し合いましたか



④ 共有する

あなたの思いや話し合ったことを
書きとめて共有しましたか



繰り返し考え
話し合しましょう！



参考に「大切な人へ伝えたいノート」もご活用ください。

