



人生の最終段階に望む 医療・ケアについて

アドバンス・ケア・プランニング (ACP)



(第2版)



津山市在宅医療・介護連携推進協議会



「人生会議」はACPの愛称です。

人生の最終段階においてあなたが望む医療やケアについて話し合ってみませんか？

人はその人生を終えるとき、病気や事故、老衰などにより、自分の意思を伝えることが難しくなることがあります。従って最期まであなたの意思を尊重してもらおうとする場合、家族や医療者、介護事業者等にあなたの意思を伝えておくことはとても大切なことです。

自らの生き方を顧みこれから臨むことになる医療やケアについて思いをめぐらし、話し合うことで身近で頼れる人たちとあなたの希望や思いを共有することができると共に、その人たちの負担や迷い、悔いを軽くすることが期待できます。

話し合いを進める取り組みをご存じですか？

あなたにとっての最善の最期を実現する手段として、アドバンス・ケア・プランニング（ACP）という方法があります。

アドバンス・ケア・プランニングは、最期まで自分らしく生きるために、繰り返し話し合いを行い、あなたの希望や思いが医療やケアに反映されるよう意思決定を行っていくためのものです。

アドバンス・ケア・プランニング（ACP）とは

人生の最期を迎えるにあたり、受たい医療やケアについて、あなたの希望や思いを家族や身近な人、かかりつけ医をはじめとした医療者、介護事業者等とともに話し合い、共有していく過程のことです。結果としてあなたが死に臨むとき、あなたにとって最善と思う医療・ケアが受けられることをめざしています。

アドバンス・ケア・プランニングは全ての人必ずしも行わなければならないものではありません。あなたの自由意志で開始され、途中で中断することも可能です。

アドバンス・ケア・プランニングを行うに当たっては、次に挙げる事項が尊重されることも大切です。

- ・アドバンス・ケア・プランニングを拒否すること。
- ・あなたの価値観、人生観、死生観、歩んできた物語が尊重されること。
- ・希望や思いは時とともに変わることから繰り返して話し合いが行われること。
- ・あなたが置かれている境遇や社会環境に左右されることなく、あなたにとっての最善をめざすこと。
- ・科学的根拠のある情報に基づいた支援を受けられること。
- ・同じ延命治療であっても人によりその意味は異なることを理解した上で意思表示ができること。
- ・記入することが目的であってはならないこと。

アドバンス・ケア・プランニングの進め方を確認し、皆さんで記入シートに記入してみてください。

アドバンス・ケア・プランニングの進め方

STEP ① あなたの希望・思いについて考えましょう。

- あなたの人生で大切にしたいことを考えましょう。
 - ・どこで、誰と、どのような生活を望まれますか。
 - ・あなたが大切にしていることは何ですか。
- あなたがこれから受けるかもしれない医療やケアについて考えてみましょう。
 - ・例えば、1日でも長く生きられるようにできる限り治療を受け続けたい。
 - ・例えば、自然な形で最期を迎えられるような治療にしてもらいたい。

STEP ② あなたの考えや思いを話し合ってみましょう。

- あなたの希望や思いを配偶者やパートナーといった身近で信頼のおける人たちと話し合ってみませんか。
 - ・すでに医療・ケアが必要な人は、医療・ケアの担当者を交えて話し合ってみましょう。
 - ・お元気な方も、身近で信頼のおける人たちと話し合ってみましょう。

STEP ③ あなたの代わりに判断をしてくれる人を選びましょう。

- 話し合ってきた人たちの中からあなたに代わって判断をしてくれる人を選んでみませんか。
 - ・あなたが病気や事故、老衰などによって自分の考えや気持ちを伝えられなくなったときに、あなたに代わり医療やケアについて伝えてくれる人は誰が良いですか。
 - ・配偶者、パートナー、子ども、兄弟、姉妹、友人などの誰に頼みたいですか。
- ※あなたの代わりに判断してくれる人には、あらかじめ伝えて了解を得ておいた方がいいでしょう。
- ※配偶者と長男で決めるなど複数の方に頼みたい場合には、複数の方を選んでいただいてもかまいません。

STEP ④ あなたの考えや思いをまとめましょう。

- まとめた内容を文章に残した方がいいかもしれません。
- 希望や思いが変わった時には、いつでも見直すことができます。

STEP ⑤ あなたの考えや思いを見直しましょう。

- 希望や思いは時とともに変わって行く可能性があります。誕生日や何かの記念日など、機会を捉えて見直してみましょう。

○あなたが大切にしたいことを考えましょう。どこで・誰と・どのような生活を望めますか。

記入例



どこで： 自宅で

誰 と： 妻、子ども

どのような生活を：

毎日縁側から見える自慢の盆栽を見ながら、妻の入れてくれる
コーヒーを飲みたい。



これからも大切にしたいこと：

家族との時間を大切にしたい。



記入欄

どこで：

誰 と：

どのような生活を：

これからも大切にしたいこと：

○あなたが受ける医療・ケアの希望を考えてみましょう。

【用語の説明】

■ 延命治療とは

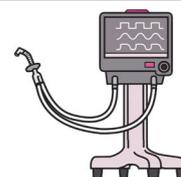
回復の見込みがなく、死が避けられない患者への生命維持のための医療行為をいい、人工呼吸器の装着・胸骨圧迫（心臓マッサージ）・輸液、胃ろうによる栄養補給などがあります。

延命治療を行わない場合でも緩和ケアは行われます。



■ 人工呼吸とは

人工呼吸器を装着して強制的に肺の換気を行う方法です。



■ 胸骨圧迫（心臓マッサージ）とは

心肺蘇生法の一つで胸の真ん中を圧迫して血液を脳に送る手法です。



■ 心肺蘇生とは

死が迫ったときに行われる胸骨圧迫（心臓マッサージ）、気管挿管、気管切開、人工呼吸器の装着、昇圧剤の投与等の医療行為をいいます。



■ 高カロリー輸液とは

手足の静脈よりも太い静脈（中心静脈）にカテーテルを挿入して通常の輸液（点滴）よりも栄養素が多く入った輸液を行うことです。



■ 胃ろうとは

経管栄養の一つでお腹から胃の中にカテーテルを挿入し栄養や水分を補給する方法です。



■ 緩和ケアとは

疾患や病期にかかわらず患者本人と家族の苦痛（身体的、精神的、社会的つらさ）を医療・介護チームとして軽減することです。



記入欄



希望される項目の□欄にチェックを入れましょう。

私の治療・ケアの希望は：

延命のための治療を受け続けたい。

〔医療行為についての希望〕

①延命のための人工呼吸器 希望する 希望しない

その他（ ）

②胸骨圧迫(心臓マッサージ) 希望する 希望しない

などの心肺蘇生法 その他（ ）

③高カロリー輸液・胃ろうなど 希望する 希望しない

による栄養補給 その他（ ）

④点滴による水分補給 希望する 希望しない

その他（ ）

⑤その他の治療（ ）

延命のための治療は受けたくない。

その他の希望（ ）

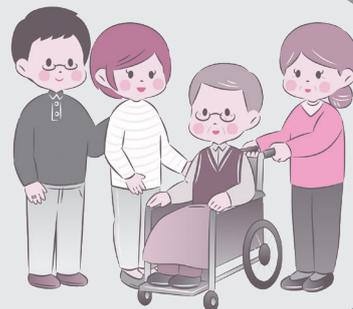
※ 医療の希望にかかわらず、緩和ケアは行われます。

記入例

○あなたの考えや思いについて話したい人はどなたですか。

私の考えや思いについて話したい(伝えたい)人は：

妻、息子（長男）



○あなたの代わりに判断をしてくれる人を選びましょう。

私に代わって判断してくれる人は：

息子（長男）



○あなたの望む人生最期の迎え方、過ごし方を考えてみましょう。

私が望む人生最期の迎え方、過ごし方など：

延命治療はして欲しくない。

できれば最期は自宅で生活したい。



記入欄

○あなたの考えや思いについて話したい人はどなたですか。

私の考えや思いについて話したい（伝えたい）人は：

○あなたの代わりに判断をしてくれる人を選びましょう。

私に代わって判断してくれる人は：

○あなたの望む人生最期の迎え方、過ごし方を考えてみましょう。

私が望む人生最期の迎え方、過ごし方など：

記入例

○あなたの考えや思いを自由に書いてみましょう。

私の希望

家族等にお願いしたいこと： ※希望される項目の□欄にチェックを入れましょう。

病気や余命の告知 してほしい しないでほしい

介護に関する希望 家で暮らしたい 施設で暮らしたい

わからない その他（ ）

家族等に伝えておきたいこと：

葬儀は○○ホールでしてもらいたい。

大切な人へのメッセージ

家族へのメッセージ：

なかよくしてください。

友人・知人・お世話になった方へのメッセージ：

今までありがとう。

話し合いを繰り返すことであなたの希望や意思を見直し、明確にすることができます。何度でも話し合う機会を持ってみませんか。

また、シートは話し合いの都度記入し、話し合ってきた人たちにも分かるところに保管して下さい。記載した内容は記載した時点でのあなたの思いであり、何度でも見直すことが可能です。

記入欄

○あなたの考えや思いを自由に書いてみましょう。

私の希望

家族等にお願いしたいこと： ※希望される項目の□欄にチェックを入れましょう。

病気や余命の告知 してほしい しないでほしい

介護に関する希望 家で暮らしたい 施設で暮らしたい

わからない その他 ()

家族等に伝えておきたいこと：

大切な人へのメッセージ

家族へのメッセージ：

友人・知人・お世話になった方へのメッセージ：

○話し合った年月日等を記入しておきましょう。

話し合った日：

話し合った人：

本人氏名： _____

2回目

記入欄

どこで：

誰 と：

どのような生活を：

これからも大切にしたいこと：

希望される項目の□欄にチェックを入れましょう。

私の治療・ケアの希望は：

延命のための治療を受け続けたい。

〔医療行為についての希望〕

①延命のための人工呼吸器 希望する 希望しない
 その他 ()

②胸骨圧迫(心臓マッサージ) 希望する 希望しない
 などの心肺蘇生法 その他 ()

③高カロリー輸液・胃ろうなど 希望する 希望しない
 による栄養補給 その他 ()

④点滴による水分補給 希望する 希望しない
 その他 ()

⑤その他の治療 ()

延命のための治療は受けたくない。

その他の希望 ()

※ 医療の希望にかかわらず、緩和ケアは行われます。

○あなたの考えや思いについて話したい人はどなたですか。

私の考えや思いについて話したい（伝えたい）人は：

○あなたの代わりに判断をしてくれる人を選びましょう。

私に代わって判断してくれる人は：

○あなたの望む人生最期の迎え方、過ごし方を考えてみましょう。

私が望む人生最期の迎え方、過ごし方など：

○あなたの考えや思いを自由に書いてみましょう。

私の希望

家族等にお願いしたいこと： ※希望される項目の□欄にチェックを入れましょう。

病気や余命の告知 してほしい しないでほしい

介護に関する希望 家で暮らしたい 施設で暮らしたい

わからない その他 ()

家族等に伝えておきたいこと：

大切な人へのメッセージ

家族へのメッセージ：

友人・知人・お世話になった方へのメッセージ：

○話し合った年月日等を記入しておきましょう。

話し合った日：

話し合った人：

本人氏名： _____

3回目

記入欄

どこで：

誰 と：

どのような生活を：

これからも大切にしたいこと：

希望される項目の□欄にチェックを入れましょう。

私の治療・ケアの希望は：

延命のための治療を受け続けたい。

〔医療行為についての希望〕

①延命のための人工呼吸器 希望する 希望しない
 その他 ()

②胸骨圧迫(心臓マッサージ) 希望する 希望しない
 などの心肺蘇生法 その他 ()

③高カロリー輸液・胃ろうなど 希望する 希望しない
 による栄養補給 その他 ()

④点滴による水分補給 希望する 希望しない
 その他 ()

⑤その他の治療 ()

延命のための治療は受けたくない。

その他の希望 ()

※ 医療の希望にかかわらず、緩和ケアは行われます。

○あなたの考えや思いについて話したい人はどなたですか。

私の考えや思いについて話したい（伝えたい）人は：

○あなたの代わりに判断をしてくれる人を選びましょう。

私に代わって判断してくれる人は：

○あなたの望む人生最期の迎え方、過ごし方を考えてみましょう。

私が望む人生最期の迎え方、過ごし方など：

○あなたの考えや思いを自由に書いてみましょう。

私の希望

家族等にお願いしたいこと： ※希望される項目の□欄にチェックを入れましょう。

病気や余命の告知 してほしい しないでほしい

介護に関する希望 家で暮らしたい 施設で暮らしたい

わからない その他 ()

家族等に伝えておきたいこと：

大切な人へのメッセージ

家族へのメッセージ：

友人・知人・お世話になった方へのメッセージ：

○話し合った年月日等を記入しておきましょう。

話し合った日：

話し合った人：

本人氏名： _____

(お願い)

記入シートの4回目以降が必要な方は、津山市環境福祉部社会福祉事務所高齢介護課のホームページに掲載している記入シートをダウンロードしてご使用ください。

(ホームページアドレス:kaigo@city.tsuyama.lg.jp)

また、記入シートを津山市環境福祉部社会福祉事務所高齢介護課の窓口で配布することもできますのでご相談ください。

令和2年3月 第1版 策定

令和5年3月 第2版 策定 (改訂版)

津山市在宅医療・介護連携推進協議会

事務局 **津山市環境福祉部社会福祉事務所高齢介護課**

〒708-8501 津山市山北520

TEL.0868-32-2070 FAX.0868-32-2153