

# 人生の終末期に望む医療・ケアについて～自らの逝き方を考えてみる～

## 1 人生の終末期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？

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ります。このため、最期まであなたの意思を尊重してもらえよう前もって家族や医療者、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。

事前に話し合うことで、あなたの思いを考えることができ、家族の負担や迷い、後悔が少なくなる場合もあります。

話し合う時期はあなたの判断となりますので、考えてみたいと思ったときに内容を確認してください。

## 2 話し合いを進める取り組みをご存じですか？

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アドバンス・ケア・プランニングと呼びます。

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きます。

なお、アドバンス・ケア・プランニングは必ずしなければならないものではありませんが、アドバンス・ケア・プランニングに取り組むことで気づくこともあるかもしれません。

相談には身近な医療従事者やケアマネジャー等が対応してくれます。

## 3 あなたの思いをまとめてみませんか？

