

とはいえ、縁起でもない話はなかなかしづらいものです。話し合うきっかけがほしい！という方のために、**DVD**（NPO法人 長崎在宅 Dr.ネットが長崎市民公開講座として実施した「寸劇 ころばぬ先の杖」を収録したものです）を地域の活動団体様等へ**無料で貸し出しします**。ぜひご利用ください。

お問い合わせ先：

時津町地域包括支援センター
(TEL 095-813-2530)

DVDの内容：

在宅での療養生活に向けての十分な話し合いができてなくて、息を引き取った時に慌ててしまい大変な思いをした稲佐山太郎さん家族の例と、あらかじめ家族や医療・介護の専門職と十分話し合っ方針を決めておいた軍艦ナミさん家族の例をあげ、寸劇を通してわかりやすく「人生会議」の大切さを伝えています。

DVD

ころばぬ先の杖

高齢者の医療や介護に関する悩みごと
や心配ごとは、お気軽に

時津町地域包括支援センター

までご相談ください。



時津町地域包括支援センターは、旧法務局（時津出張所）の2階です。

電話：813-2530
FAX：813-2531
Mail：shien@town.togitsu.nagasaki.jp

令和元年 11 月

時津町在宅医療・介護連携検討分科会 作成

人生会議

ACP*（アドバンス・ケア・プランニング）
って知ってる？



※もしものときのために、自分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、周りの支えてくれる人と共有する取り組みを「ACP（アドバンス・ケア・プランニング）」と呼びます。日本語訳として「人生会議」と呼ばれています。



みんなで人生会議
(ACP)しましょう！

⑤

⑥

①

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やけがをする可能性があります。

歳を重ねて徐々に虚弱になったり、交通事故にあったり、運動中の思わぬケガで命の危険が迫ることもあります。

命の危険が迫った状態になると、医療やケアなどについて自分で決めたり望みを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。

「延命治療は望まない」「痛みはやわらげてほしい」「最後は自宅で、家族に囲まれて逝きたい」など、自分が希望する医療やケアについての望みを前もって考え、周囲の信頼する人たちと繰り返し話し合い、共有することが大切です。



自分自身のため、ご両親のため、子どものため、大事な人のこれからのために、後悔しなくて良いよう、元気なうちから人生の最終段階の医療やケアについて、話し合いましょう！

その準備として、どんなことをすればいいのでしょうか…？

②

まずは、自宅での療養生活をイメージします。

人生の最終段階を自宅で過ごす際には、こんなサポートがあります。



様々な専門職が連携しながら必要に応じてサポートします。

計画的・定期的な訪問に加え、急変の際などの対応も行います。

在宅での療養をお考えの際は、かかりつけ医、看護師、担当のケアマネジャー、地域包括支援センター等へご相談ください。

③

どんなことを話せばいいかわからない時は、「エンディングノート」等を活用してみましょう。

書店等で市販されていますので、購入し、記入してみてくださいはどうか？



人生会議(ACP)を行い、あらかじめ思いを確認できていると、残される人の気持ちが少しラクになると思います。

～旅立ちを見送ったご家族の声～
頑固な主人でしたが、病院ではなく住み慣れた自宅で、最後まで口から好きなものを食べることができ、穏やかに逝きました。直前には、親友も会いに来てくれ、昔話に花が咲きました。最期に立ち会った私たち家族も心づもりができ、慌てることなく見送ることができました。

④