

## アドバンス・ケア・プランニング(ACP)とは

誰でも、いつでも、命にかかわる大きな病気やけがを  
する可能性があります。そんな“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、周囲の  
信頼する人たちと話し合い、共有する取組を「アドバン  
ス・ケア・プランニング(ACP)」と呼びます。  
厚生労働省では、ACPをより馴染みやすい言葉として  
「人生会議」という愛称で呼ぶことに決定しました。

### ポイント

- 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。
- 心身の状態や環境に応じて、思いや希望は変化する  
ものです。あなたの状況に合わせて、何度でも繰り返  
し考え、周囲の信頼する人たちと共有することが  
大切です。

ACPは、あなただけではなく、家族やあなたの代わり  
に医療などの意思決定をしなければいけない人にと  
って、安心をもたらす手段となります。  
このシートは誰でも簡単に記入でき、あなたの希望  
について、ご家族など身近な人と話すきっかけにな  
るように作成しました。

“もしものとき”に備えて考えよう

## わたしの希望を つなぐシート

### アドバンス・ケア・プランニング(ACP)

わたしが受ける  
医療やケアは  
こうしてほしい

わたしは  
家族の傍で  
過ごしたい

わたしが伝えられ  
ないときは  
この人に判断して  
ほしい

わたしは  
延命治療は  
受けたくない

ACPの進め方について、リーフレット「自分らしく生きるために」を参考にしてみましょう！

作成：志木市在宅医療・介護連携代表者会議  
ACP普及啓発ワーキンググループ

# わたしの希望をつなぐシート

(アドバンス・ケア・プランニングシート)

お名前 記入日 年 月 日

## わたしが大切にしていること

もし、生きることができる時間が限られているとしたら、大切なことはどんなことですか。優先したいことから順番にカッコ内に番号を記入してみましょう。(当てはまらない場合は空欄)

- ( ) できるだけ家族と長く過ごすこと
- ( ) 仕事や社会的な役割を続けること
- ( ) 身の回りのことを自分ですること
- ( ) 家族の負担にならないこと
- ( ) 楽しみや趣味を続けること
- ( ) 1人の時間が保てること
- ( ) 親しい友人と過ごすこと
- ( ) その他 ( )

## わたしの代わりに相談や判断をしてほしい人

予期しない出来事や病気で自分の思いや希望を伝えられなくなった場合、医療やケアについて代わりに相談したり、判断してくれたりする人は誰ですか。

(○はいくつでも、優先順位がある場合は番号を入れましょう)

- ( ) 配偶者 (夫・妻)
- ( ) 子ども ( )
- ( ) きょうだい ( )
- ( ) 親戚 ( )
- ( ) 友人・知人 ( )
- ( ) その他 ( )

## わたしの健康状態やこれからの医療

●自分の病気や病状、これから予測される経過や受けるであろう治療やケアなどは主治医から聞いていますか？

- 特に病気はない  まだ聞いていない
- 聞いている

内容

●もしも大きな病気にかかったり、病状が悪化した場合に医師からの説明(告知)を希望しますか？

- 自分が聞きたい  家族にのみ知らせてほしい
- 家族や大切な人と一緒に聞きたい
- その他 ( )

## わたしが希望する医療やケア

●病状の悪化などで自分の希望を伝えられなくなった場合にしてほしい治療やケアはどのようなものですか？優先したいことから順番にカッコ内に番号を記入してみましょう。(当てはまらない場合は空欄)

- ( ) 病気と闘ってできるだけ1日でも長く生きたい
- ( ) 痛みや苦しみを和らげる医療やケアを優先してほしい
- ( ) 出来るだけ自然な形で最期を迎えられるように必要最小限の医療を受けたい
- ( ) 介護サービスなどを利用しながら家で過ごしたい
- ( ) 身の回りのことができなくなったら、入院や施設を利用したい
- ( ) その他 ( )

●最期の時が近くなったときに過ごしたい場所はどこですか？

- 自宅  病院  施設  わからない
- その他 ( )