



わたしの
トリセツ

わたしの名前

記入した日付

_____年 月 日

一緒に話をした人

もしも(自分の気持ちを伝えられなくなった時)
のために話し合い、記録しましょう

あなたの代わりに気持ちを伝えて(決めて)ほしい人はいますか？

- いる()
 特にいない

自分の病気やけがの状態、今後の見通しを知っておきたいですか？

- すべて知っておきたい
 家族や信頼できる人にだけ伝えて欲しい
 わからない
 その他()

命にかかわるような病気にかかったり事故に遭ったとき、
どのような治療を受けたいと考えていますか？

- 応急処置の後、状況に応じて考えたい
 延命のためにできること全て
 苦痛を和らげてほしい(自分らしさを保ちたい)
 何もせず自然に任せる
 その他()

誰か、連絡してほしい人はいますか？

- いる()
 特にいない

誰か、そばにいてほしい人はいますか？

- いる()
 特にいない

『人生会議』とは、将来の変化に備えて、将来の医療や介護についてご本人を主体に、その家族や親しい人などが繰り返し話し合いを行い、ご本人の意思決定を支援するために行うものです。いつか来るかもしれない「もしものとき」に備えて、このシートを活用していただければ幸いです。

もしもの時のために・・・

病気になったら
あの先生に
診てもらおう

もういっかい
山登りに
行きたいなあ

この指輪は
娘につけて
もらいたいわ

どんなお葬式に
したらいいかな？

みんなの 人生会議

アドバンス ケア プランニング Advance Care Planning

誰でも、いつでも、命にかかわる大きな病気やけがをすることがあります
そんな、「もしも」の時、あなたはどうしますか？

あなたが望む人生の過ごし方を知っている人はいますか？

あなたらしい最期を迎えるために、今こそ、身近な人と考えてみませんか？



確認する

今、なにをしたいか
一番大切にしていること
どんな最期を迎えたいか
など



話し合う

あなたの思いを伝える
周囲の人の思いを聞く
大切なものの管理を
どうするか
など

記録する

話し合った内容を
記録・共有する
定期的に内容を見直す

このシートは、八尾市地域ケアケース会議第5圏域参加機関協力のもと作成いたしました
事務局

高安中学校区高齢者あんしんセンター寿 光 園
南高安中学校区高齢者あんしんセンター信貴の里
東中学校区高齢者あんしんセンター中 谷

☎072-940-5505
☎072-940-5727
☎072-943-0801