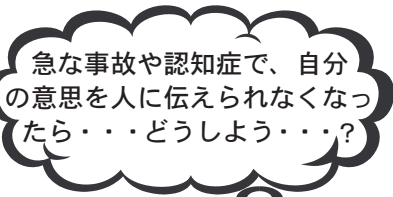


# してみませんか？ 「人生会議」

人生会議って？

「人生会議」とは、あなた  
の大切に行っていることや望  
み、どのような医療やケアを  
望んでいるかの心づもりにつ  
いて、自ら考え、また、あな  
たの信頼する人たちと話し合  
うことを言います。

もちろん、「縁起でもない  
話なんてしたくない！」と  
いう選択肢も尊重され、強制  
ではありません。  
想像してみてください



思わぬ事故や病気により、  
自分の意思を人に伝えられな  
くなった時、どうしますか？

その時は、急に訪れたり、  
認知症によってだんだんと訪  
れたりします。

何を考えればいいのか？

①あなたが大切にしているこ  
とは、何ですか？

大切にしていることを改め  
て考える事は、あなたの望む  
生活や医療・ケアを受けるた  
めにとっても重要な役割を果た  
します。

②あなたの代理意思決定者は  
だれですか？

自分の思いや考えを代弁し  
てくれる人を選んでおきま  
しょう。

③あなたはどんな治療をどこ  
まで受けたいですか？または  
受けたくないですか？

かかりつけ医の先生や家族、  
代理意思決定者等と相談くだ  
さい。

④あなたはどこで治療やケア  
をうけたいですか？

- ・ 長年過ごした家で
- ・ 住み慣れた施設で
- ・ 治療した病院で

いつ考えるの？

もしもの時は、冷静に考え  
る事が難しくなります。元氣

な時に考えておくことが重要  
です。

・ 自分の誕生日に

・ 仕事を退職・引退した時に

・ 病気になって落ち着いた時に

・ 介護が必要になった時に



誰と、どのように

話しあえばいいの？

- ・ 自分の思いや考えを伝えたい  
うえで、家族など周りの支え  
てくれる人たち、代理意思決  
定者や医療・介護従事者等と  
話し合っておきましょう。
- ・ 結論がでなくても、お互いの  
意見を尊重し話し合う過程  
が大切です。
- ・ 一度決めたら終わりではあ  
りません。思いや考えは揺れ  
動くため、何度でも繰り返し、  
話し合う事が必要です。
- ・ 話し合ったことを何かに書  
きとめておきましょう。鳥取  
県東部地域では、「もしもの

時のために「終活支援ノート  
」わたしの心づもり」を発行  
しております。



ノートは智頭町社会福祉協  
議会または地域包括支援セン  
ターで受け取ることができま  
す。

記録したノートは

どうしたらいいの？

話し合った内容を記録した  
ノートは大切に保存してくだ  
さい。そして、入院等をした  
ときに持参し、病院等の関係  
者に渡してください。自身の  
心づもりが考慮され、それぞ  
れの思いが尊重されたいので  
の医療やケアの充実に繋が  
ります。

参考：厚生労働省「人生会議」、  
鳥取県東部医師会東部地区在宅  
医療介護連携推進協議会「さい  
ごまで自分らしく豊かな人生の  
ためのわたしたちの「心づもり