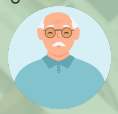
事例①

７０代女性。バラの栽培が趣味だった。ガンを患い治療中。本人は「できるだけ家で過ごしたい」と望むが夫が介護する自信がないと自宅での生活に消極的。しかし、夫は離れて暮らす娘が「お母さんはバラの香りを常に感じていたい」と言っていたのを思い出し、娘の協力もあって自宅にて治療を続けることを選択。人生の最期にはバラをたくさん飾った部屋で大好きな家族と過ごすことができた。



事例②

８０代男性。元教員。退職後、近くの小学校の登下校ボランティアを長年務めていた。そんな中、脳梗塞を患い体が動かしにくく会話がスムーズにできなくなった。リハビリに取り組んだが元の生活のようにはならず、ボランティア活動を諦めなくてはならないと感じた。妻や子供たちはこれまでの取り組みを振り返り「元気な子供たちの姿が見られなくなるのが一番悲しむことではないか」と話し合った。小学生と一緒に歩くことは叶わなかったが、登下校に合わせて可能な限り家の前に出、見守りを続けた。体調を崩し入院をしているが、枕元には見守りをしていた時の笑顔の写真を飾り闘病生活の支えにしている。

人生会議について学びたい

・ゼロから始める人生会議

引用：厚生労働省

・もしバナゲーム　オンライン

引用：一般社団法人iACP

「大切なこと」話したいけどきっかけが・・
何について話したらいいの？
今更、話し合うなんて恥ずかしい。
子供たちも忙しいから迷惑かけられない・・
「人生会議」についての課題も多いです。

つくばみらい市地域包括支援センターでは
人生会議についての出前講座を
実施しております。
もっと詳しく知りたい方はお気軽に
お問合せください。

お問合せ

つくばみらい市
地域包括支援センター
Tel **0297-57-0203**

大切にしていること
話してみよう

ACP
人生会議

つくばみらい市

人生会議

ADVANCE CARE PLANNING

もしもの時・・

それは突然やってきます

その時のために

信頼のおける身近な人と

考えてみませんか？

令和７年３月

人生会議ってなに？

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。そのもしもの
時のためにあなたが望む医療や
ケアを信頼のおける人（代理人）
と前もって考え、繰り返し話し合
い、共有する取り組みのことを
「人生会議」と呼びます。

人生会議：
アドバンス・ケア・プランニング（ACP）
とも呼びます。

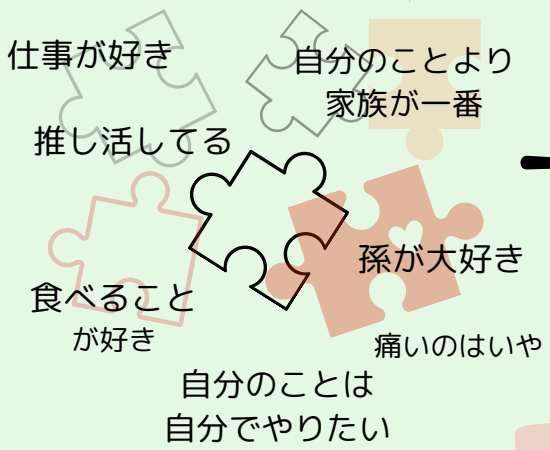
人生会議とは最期を
迎えるまでの間
「どうやって生きるか」
を考えていくこと。

自分らしく生きるために
大切にしていること
考え共有して
みませんか？

出典：厚生労働省（アドバンス・ケア・プランニング）

あなたの大切にしていることは何ですか？

これまでの人生で
その人を形成する
大切な要因



その人らしさ

大切にしていることをつなぎ合
わせることで「その人らしさ」
が見えてきます。

大切なことを
つなぎ合わせたら・・

信頼のおける人
（代理人）と
共有してくださ
い。

信頼のおける人
（代理人）、
医療従事者と話
し合ってくださ
い。

エンディング
ノートなどに
書き留めてみ
ましょう。

「大切なこと」は変化します。繰り返し話し合うことが大切です。
この取り組みは知りたくない人、考えたくない人への配慮が必要です。