

「人生会議」をしてみましょう

「人生会議」とは？

自身が病気になったり、介護が必要になったりしたときに備え、大切にしたいこと、望んでいる生き方、どのような医療やケアを望むかについて、前もって考え、家族や信頼する大切な人たち、そしてかかりつけ医や介護従事者などと繰り返し話し合い共有することを「人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)」といいます。自身の思いや選択が尊重され、本人が希望する医療・ケアに繋がります。

なぜ「人生会議(ACP)」を行うのか

- ・世代にかかわらず、人はみな、いつでも、命に関わるような大きな病気や、ケガをして、命の危険が迫った状態になる可能性があります。
- ・命の危険が迫った状態になると約70%の方が、これからの治療やケアなどについて自分で決めたり、人に伝えたりすることができなくなるといわれています。
- ・治療やケアに関する考えを、家族や大切な人などとじっくり話し合っておくと、「もしものとき」に、あなたの考えに沿った治療やケアを受けられる可能性が高いといわれています。
- ・すぐに考えがまとまらなくても、気持ちが変わっても、その都度考え、話し合い、共有を繰り返す過程が重要です。

※「人生会議(ACP)」は、個人の主体的な行いによって進めるものです。全ての人が取り組まなければならないというわけではありません。「知りたくない」「考えたくない」「文書にまとめたくない」という方の意思を尊重し、十分な配慮が必要です。

「人生会議(ACP)」の進め方

「人生会議(ACP)」を始めるにあたって、以下の例により進めるといいとされています

- 1.あなたが大切にしていることは何かを考える
- 2.あなたが信頼できる人は誰かを考える
- 3.信頼できる人や医療・介護の関係者と話し合う
- 4.話し合った内容や結果を共有する(書き留めておくことも効果的)
- 5.心身の状態に応じて意思は変化することがあるため、何度でも繰り返し考え、話し合う

※11月30日(いい看取り・看取られ)は人生会議の日です。これをきっかけに話し合ってみてください。

※町健康介護課では話し合った内容を書き留めておく「これからノート(岐阜県医師会作成)」を無償で配布しています。

☎笠松町地域包括支援センター ☎388-7133 / 健康介護課 ☎388-7171



特定健診の終了期限が間近です！

笠松町国民健康保険の特定健診は11月末までです。医療機関によって最終診療日が異なりますので、お早めに受診をお願いします。受診後は必ず、結果を受診機関から受け取り、結果の説明を受けてください。

メタボリックシンドロームのリスクがある場合、町から「特定保健指導」を案内し、生活改善のためのサポートを行います。

健診の受診には受診券が必要で、6月下旬にピンク色の封筒で送付しています。紛失等で受診券が手元にない場合は再発行が必要ですので、ご連絡をお願いします。

対象 笠松町国民健康保険にご加入の40~74歳の方(受診券が届いた方)

受診期間 11月末まで

自己負担金 500円(約9,000円相当の健診をお得に受けることができます)

☎健康介護課 ☎388-7171



▲詳細について知りたい方、
受診券を紛失した方はこちら！