

# いざじゃなくいま! しまねの 人生会議

「いま」は  
元気だから大丈夫。  
でも突然、  
「いざ」って時が  
訪れることもある。

## 人生会議とは?

もしもの時に、どこでどのような医療やケアを希望するのか、前もって考え信頼できる人と繰り返し話し合う取り組み。



自分や家族の最期の時のことって考えてる?

まだあんまり想像できないかな。



いやだな～縁起でもない



わしゃ長生きするからね。まだ先のことだと思ってるわ。



ぼくはみんなに任せるよ。



でも、「もしも」って時は、いつ来るか分からないよね。自分の意思を伝えておくこと、家族の想いを聞くことって大切なことだと思わない?

そう言われるとそうじゃね。



もしもの時に、自分はどこでどのような医療やケアを望むのか、前もって考えて話し合う取組のことを「人生会議」っていうんだ。

それって誰と話すの?



家族や医療・介護の関係者などの信頼できる人とだよ。元気なうちから繰り返し話し合っておけば、「いざ」という時に安心だよ。

そうだね。早速、話し合ってみようか。



そうしよう。



## 🔍 なぜ必要? 「5つの理由」

- ① 命に関わる大きな病気やケガに見舞われる可能性は、誰にだってある
- ② 今は会話ができていても、いつ話せる状態じゃなくなるかは分からない
- ③ 自分の意思を共有しておかないと、もしもの時に誰かが決断することになる
- ④ 夫婦でも家族でも、本人じゃないと分からないことだってある
- ⑤ 「早くから話していればよかった」と後悔している人が多い



家族に任せても、家族だって「いざ」って時にどうしたらいいのか悩んでしまうかもしれんよね～

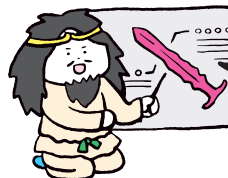
後で後悔せんように、早いうちから、夫婦で、家族みんなで、明るく気軽に話し合えとええの～



## 🔍 確認すべき「5つのポイント」

- ① 希望や想いについて考える
- ② 希望や想いについて話し合う
- ③ 治療やケアについて相談する・情報を得る
- ④ 記録に残す
- ⑤ 代わりに伝えてくれる人を選び、伝える

記録に残したり、代わりに伝えてくれる人を選んでおくことも大事なじゃね



人生会議に関する講座やセミナーなどで情報を得ることもできますよ!

専用のノート(エンディングノート)を配布している市町村もあるよ～



### ウェブでも!



詳しく知りたい人は、特設ウェブサイトをチェックしてね! 人生会議についての説明のほかにも、人生会議に関する講座や相談窓口などのお役立ち情報も紹介しているよ!

特設ウェブサイトはこちらから▶▶▶

しまねの人生会議



### こちらもチェック!

マンガで分かる!  
「ACP=人生会議」って何だろう?



マンガは  
こちらから  
◀◀◀

