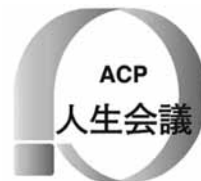


今月は“知ってみよう” **ACP：アドバンス・ケア・プランニング**
愛称：人生会議 ～人生の「もしも」のときのために～

ACP アドバンス・ケア・プランニング（愛称：人生会議）とは？

「もしも」のときに、あなたが望む医療や介護を受けられるよう、あなたが大切にしていることや望んでいることを前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有する取り組みのことです。



「もしも」のときってどんなとき？

誰でも、命に関わる大きな病気やけがをする可能性があります。

命の危険が迫ったとき、約70%の人が、医療や介護などに関する決断を自分で下したり、望みを人に伝えたりすることができない状態になると言われています。

あなたの信頼できる家族などに前もってあなたの気持ちを伝えておくと、あなたが意思を伝えられなくなったときでも、医療・介護チームと「医療や介護」について話し合う際に、あなたの気持ちを代弁できるため、大切な人の心のご負担が軽くなるでしょう。

ACP（人生会議）の進めかたの例

- 《考える》 ★あなたが大切にしていること（気持ち・価値観）は何ですか？
★あなたが信頼している人は誰ですか？
- ↓
- 《話し合う》 ★信頼できる人や医療・介護チームと話し合いましたか？
- ↓
- 《共有》 ★話し合いの結果を大切な人たちと共有しましたか？

意思是心身の状態に応じて変化することがあるので、何度も人生会議を重ね、家族など信頼できる人に、あなたの価値観や気持ちをよく知ってもらいましょう。



■問い合わせ先

高齢福祉課
☎(32)8904
地域包括支援センター
いしばし
☎(51)0633
こくぶんじ
☎(43)1229
みなみかわち
☎(48)1177

下野市では、これからの人生をより充実したものにするために、ご自分のこれまでの人生を見つめなおすことができる「ゆうがお日記～わたしの願い～」を作成しました（広報しもつけ令和3年7月号24ページ参照）。

ご自分が大切にしてきた思いや価値観を記載し、大切な人と共有するなど、ご活用ください。

※23ページにダウンロード用の二次元コードがあります。

オレンジカフェと認知症の方を介護している介護者交流会

オレンジカフェ

認知症の方やそのご家族、地域住民、専門職など、誰もが気軽に集うことのできる場です。

しもつけ茶屋

■日時 1月12日(水)・20日(木)
午前10時～正午

■場所 GTコミセン
より処グリム

■日時 1月21日(金)
午前10時～正午

■場所 グリムの館

おひさま

■日時 1月26日(水)
午後1時～3時

■場所 サン薬局(文教1-19-4)

ゆうゆう茶屋

■日時 2月4日(金)
午前10時～正午

■場所 ゆうがお作業所(ゆうゆう館)

共通事項

■持ち物 飲み物
■参加費 無料



認知症の方を介護している介護者交流会

認知症の方を介護している家族の交流の場です。同じ立場の仲間と過ごしてみませんか？

■日時 1月28日(金)
午前10時～正午

■場所 GTコミセン

対象者

現在介護している方、または介護した経験がある方

■申し込み・問い合わせ先
高齢福祉課 ☎(32)8904