



## 「人生会議」(ACCP)を ご存知ですか？

「人生会議」とは、アドバンス・ケア・プランニング(Advance Care Planning)の愛称で、「ご自身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について考え、また信頼する人たちと話し合うこと」を言います。



バックナンバー

きらめき通信 ミニ講座

検索

みなさんは、「もしも…」のことを考えたことがありますか？ 誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態や認知症が進行してくると約70%の方が、これからの医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。

もしも、そのような状況になった時、家族など信頼できる人が「あなたなら、多分、こう考えるだろう」と気持ちを想像しながら、専門家と医療やケアについて話し合いをすることになります。「人生会議」を事前しておくことで、家族や信頼できる人がご自身の価値観や気持ちを共有し、意思を尊重した医療・ケアを受けられる可能性が高くなります。

縁起でもない話と敬遠されてしまう傾向がありますが、ご自身の人生をより良く生きるための準備として「人生会議」を開いてみませんか？

### 「人生会議」の話し合いのステップ



この4つのプロセスの流れを組みながら話し合いを行います。

話し合いの内容を文書にまとめるとより良いとされますが、結果よりも話し合い(人生会議)の過程(プロセス)が何よりも重要だとされています。何かを決

めようとするのではなく、まず話し合ってみましょう。

ただし、すべての人が「人生会議」をしなくてはならないというわけでは、決まっておりません。あくまで、個人の主体的な行いによって考え、進めるものです。知りたくない、考えたくない方への十分な配慮が必要です。

大切なのは「もしもの時」をどのように迎えるのではなく、ご自身がどのように生きるのかです。また、人の想いはその時の状況やライフステージにより変化するものです。1回で終わるのではなく、何かの機会ごとに話し合っていくかがでしょうか。



金津きらめき  
副施設長 竹内 明美

金津きらめき

TEL.0776-73-1165  
時間/9:00~17:00(月~金)

参考  
厚生労働省ホームページ「人生会議」  
していませんか？ [https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_02783.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html)を加工