

病気などの種類によって、からだの機能の衰え方は異なります

がんの場合

比較的良好な期間が続き、亡くなる前に急速に状態が悪化します。



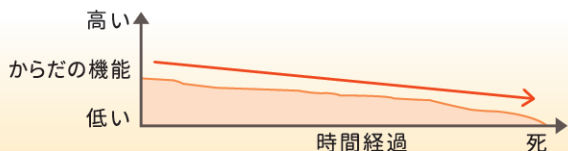
慢性疾患(心臓、肺、腎臓、肝臓の病気など)の場合

急激な悪化と改善を繰り返しながら機能が低下していきます。



認知症・老衰の場合

気づきにくいですが、徐々に機能が低下します。



『書いてみよう』と思ったら、こちらのノートもご活用ください



想いつむぐノート
～人生会議編～(A5サイズ)



想いつむぐノート
～エンディング編～(A4サイズ)

作成：伊東市ACP推進検討会
発行：伊東市高齢者福祉課

イラスト：広田奈都美
発行年月：令和7年9月発行(初版)

人生会議

アドバンス・ケア・プランニング(ACP)



『もしも』のときに備えて、あなたの大切にしていること、
どこで、どんな医療やケアをのぞんでいるか、
あなたのおもいを大切な人と
話し合いを重ねて、共有することを
『人生会議(ACP)』といいます。



人生会議の進め方

以下のステップ1～5の流れを人生会議といいます。

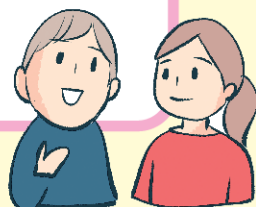
心の中で思っているだけでは、希望は叶わないかもしれません。
周囲の人にあなたの「おもい」を伝えましょう。

ステップ
1

ここからスタート

あなたの大切にしたいことは
どんなことか考えてみましょう

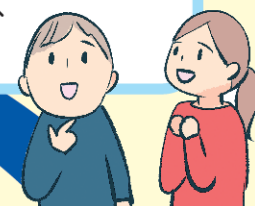
好きなこと、嫌いなこと、
大切にしていること、ペットのこと
どんな医療やケアを受けたいか。



ステップ
2

あなたの代わりに「おもい」を
伝えてくれる人を選びましょう

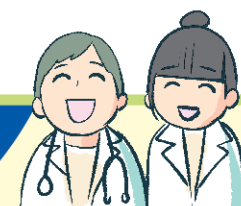
あなたの「おもい」を理解して、
尊重してくれる人はだれ？



ステップ
3

かかりつけ医に相談しましょう

あなたの今の健康状態について理解していますか
病状や治療についてわからない
ことを聞きましょう。
(病気療養中でない方は省略)



ステップ
4

あなたの「おもい」をかなえるために、
信頼できる人や医療・介護関係者と
話し合っ、その内容を共有しましょう

なぜそう思うのか
その理由も話し合しましょう。

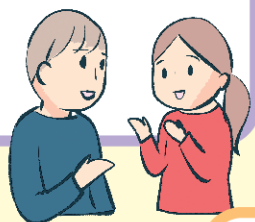


簡単には決められない
大切なことです。
結論をださなくても
いいので、たくさん
話しましょう。

ステップ
5

いつでも何度でも
繰り返し話し合しましょう

病状や環境の変化や時間の
経過とともに、「おもい」は
変わることがあります。



あなたの「おもい」を
共有できるように、
記録に残しましょう

- ・ノート等を書く・動画で残す
- ・パソコンに保存するなど…

