



トータルヘルスケアサービス
ホロニクスグループ

もしもに備えよう！

「人生会議」

私のリビングウィル

わたしたちにご相談ください！



イメージキャラクター
オランくん (医師)



イメージキャラクター
みどりちゃん



イメージキャラクター
ウータンちゃん (看護師)

「人生会議」をご存じですか？

※人生会議は、ACP:アドバンス・ケア・プランニングとも呼ばれています。

自身が人生で大切にしていること、したいこと、伝えたいことなど望むこと、そして人生の最終章にどうありたいかなどを家族や友人、信頼できる人たちと話し合ってその記録を残しておくこと。それが「人生会議」です。
人生100年時代 前向きにその終わりまでを自分らしく生きぬくための「人生会議」をひらいてみましょう。

人生会議の進め方

0

人生会議を知らない

この機会に人生会議への理解を深めましょう

ビギナー

1

これまでとこれからの
あなたの「大切なもの」
を考える

「人生すごろく」に
書き込みをしましょう

4

話合いの結果、
あなたの思いを
記録しておく
大切な人たちに
「思いの共有」しましょう

マスター

2

「会議のメンバー」
を考える

あなたの信頼する人たちは
誰でしょうか

繰り
返し

3

信頼する人たち、
医療スタッフと話し合う

何度でも話し、
相談をしましょう

トレーニー

年齢、心身の状況などにより意思が変化することがあります。
状況に応じて、何度でも繰り返し考えて話し合いましょう。

さあ、人生会議をはじめましょう！

人生会議はすべての人が対象です！

年齢や健康状態に関わらず、誰もが命にかかわる病気やケガをする可能性があります。

思いを記して、身近な誰かに話しておきましょう！

命の危険が迫った状態では約70%の方が意思を伝えることが困難になるといわれています。万が一に備え、人生の最終章への自分の意志を残しておく必要があります。

医療スタッフも相談者の一員に！

万が一の時、そばには医療スタッフも寄り添います。自らが望む医療やケアを受けられるように、状況に応じて適切な情報提供と説明を受けましょう。ホロニクスグループは、知りたくない・考えたくない方へ十分な配慮のもと個人が主体的に考え進める人生会議を医療チームでサポートします。

P4/P5「人生すごろく」

日本の懐かしい遊びであるすごろくを自分の意志とペースで進む「人生すごろく」にしました。これまでとこれからの人生での思い出や希望などを書き込んでみましょう。



P6/P7「バケッリスト」

バケッリストとは人生の終わりまでにやりたいことをリストにして書き留めたものです。それを実行し叶えるため、人生の最後までを前向きに過ごす目標となります。

映画でも有名となったバケッリストを書き出してみましょう。

人生



START

誕生おめでとう!

10

学生の頃

私の誕生

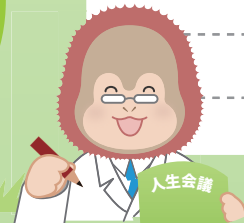
20



幼いころの思い出

成人して

30



家族の思い出

40



すごろく



めざせ!センテナリアン



の思い出

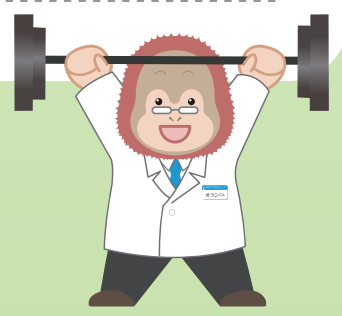
.....
.....
.....

90

さあ100歳に向かって!

.....
.....
.....

80



からの思い出

.....
.....
.....

70



60

還暦を迎えて

.....
.....
.....

50

私のバケツトリスト

	完了!	記入日時	内 容
例	<input checked="" type="checkbox"/>	2023.11.11	家族旅行に行きたい
1	<input type="checkbox"/>		
2	<input type="checkbox"/>		
3	<input type="checkbox"/>		
4	<input type="checkbox"/>		
5	<input type="checkbox"/>		
6	<input type="checkbox"/>		
7	<input type="checkbox"/>		
8	<input type="checkbox"/>		
9	<input type="checkbox"/>		
10	<input type="checkbox"/>		
11	<input type="checkbox"/>		
12	<input type="checkbox"/>		
13	<input type="checkbox"/>		
14	<input type="checkbox"/>		
15	<input type="checkbox"/>		
16	<input type="checkbox"/>		
17	<input type="checkbox"/>		
18	<input type="checkbox"/>		
19	<input type="checkbox"/>		
20	<input type="checkbox"/>		
21	<input type="checkbox"/>		
22	<input type="checkbox"/>		
23	<input type="checkbox"/>		
24	<input type="checkbox"/>		
25	<input type="checkbox"/>		

これから叶えたい50のこと

	完了!	記入日時	内容
26	<input type="checkbox"/>		
27	<input type="checkbox"/>		
28	<input type="checkbox"/>		
29	<input type="checkbox"/>		
30	<input type="checkbox"/>		
31	<input type="checkbox"/>		
32	<input type="checkbox"/>		
33	<input type="checkbox"/>		
34	<input type="checkbox"/>		
35	<input type="checkbox"/>		
36	<input type="checkbox"/>		
37	<input type="checkbox"/>		
38	<input type="checkbox"/>		
39	<input type="checkbox"/>		
40	<input type="checkbox"/>		
41	<input type="checkbox"/>		
42	<input type="checkbox"/>		
43	<input type="checkbox"/>		
44	<input type="checkbox"/>		
45	<input type="checkbox"/>		
46	<input type="checkbox"/>		
47	<input type="checkbox"/>		
48	<input type="checkbox"/>		
49	<input type="checkbox"/>		
50	<input type="checkbox"/>		

人生会議での思いを リビングウィルに

リビングウィルの大切さ

人生の最終段階での治療について、判断力のある元気なうちにご自身の希望や意思を書いて伝えておくことが大切です。その希望を表明するものを「リビングウィル」といいます。

万が一、あなた自身で意思表示ができなくなった状況でも「リビングウィル」に従って意思を尊重した治療が行われます。「リビングウィル」を記すことで、どんな医療・ケアを望むか望まないかを自分で事前に決めておくことができます。

意思決定の支援を受けましょう

終末期は、病状によって数日、数ヶ月、重い後遺症がある場合などは数年間の期間が予測されます。実際には急に命にかかわるような容態悪化でそのまま終末期を迎える場合も少なくありません。

終末期にはどのような医療やケアを受けることになるのか知っておきましょう。

治療選択の判断には、かかりつけ医や医療スタッフに「人生会議」などの支援を受けることができます。「リビングウィル」は何度も書き直すことができます。その場合も話し合い、信頼のできる人たちと意思の再確認をして共有してください。

※「リビングウィル」は法律的な強制や行動制限を伴うものではありません。

もしもの時の情報管理ページ

代理判断者の連絡先

連絡先

①

氏名

続柄

緊急時 TEL

連絡先

②

氏名

続柄

緊急時 TEL

困りごと相談・連絡先

担当ケアマネジャー / 地域包括支援センター

連絡先

①

事業所名

氏名

緊急時 TEL

連絡先

②

事業所名

氏名

緊急時 TEL

かかりつけ医・病院

施設名

TEL

かかりつけ薬局

施設名

TEL

私のリビングウィル

意思を示しておきたい医療処置の項目

1) 著しく血圧が低下した時の医療の提供、延命のため一時的に血圧を上昇させることを目的とした強心(昇圧)剤の投与

希望する 希望しない

→右ページ 1

2) 自力で呼吸できなくなった時の医療の提供、延命の為に人工呼吸器を装着するなどの継続的な呼吸補助

希望する 希望しない

→右ページ 2

3) 自分の口から栄養を摂れなくなった時の医療の提供、高カロリー輸液や鼻チューブ・胃ろうによる継続的な栄養補給

希望する 希望しない

→右ページ 3

4) 点滴による水分補給 →右ページ 4

希望する 希望しない

5) 自力で心臓が動かなくなった時の長時間にわたる医療の提供、心臓マッサージ、AEDの繰り返し使用などの心肺蘇生

希望する 希望しない

→右ページ 5

6) 苦しみや痛みがある場合 →右ページ 6

痛みはできるだけ薬剤で抑えてほしい

できるだけ自然な状態で過ごしたい

7) 最期を迎えたい場所

自宅 在宅看護・介護(かんたき) 病院

作成日 年 月 日 署名

更新日 年 月 日 署名

更新日 年 月 日 署名

また、考えが変わったり、思い直すことがあった時は、何回も変更することができます。

※この「人生会議」ノートに、法的な拘束力はありません。

できるようになること・できなくなること

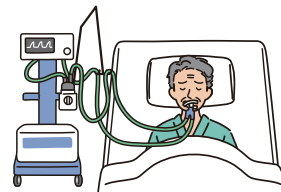
1 強心(昇圧)投与

血圧を上げる薬を点滴注射し、心臓の動きを強制的に維持します。

2 人工呼吸器による呼吸補助

気管挿管(口や鼻から気管に管を入れる)や気管切開(喉仏の下あたりに穴をあけて直接気管に管を入れる)後、機械を取り付けて空気を送り込み、呼吸を助けます。

(注：発声できないために意思疎通ができにくくなります。)



3 鼻チューブ/胃ろう/高カロリー輸液による栄養補給

鼻チューブ

チューブを鼻から胃または腸まで届くように入れて、栄養剤などを注入します。



胃ろう

おなかと胃の壁に内視鏡で小さな穴を開け、チューブから流動食などを注入します。



高カロリー輸液

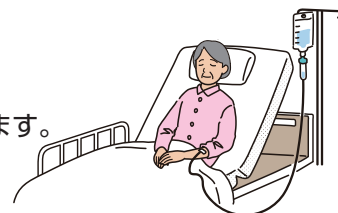
高濃度栄養の点滴を中心静脈(心臓近くの血管)に入れることで、栄養素を補給します。



(注：チューブから直接栄養剤を入れているだけなので、味や満腹感が得られず食に対する満足感がなくなります。)

4 点滴治療による水分補給

- 手足から点滴のための針を刺して水分補給をおこないます。(栄養はほとんどありません)
 - 口から薬が飲めないときに、点滴を用いて体内に入れることができます。
- (注：体を自由に動かすことができなくなります。)



5 心臓マッサージ・AEDなどによる心肺蘇生法

心肺蘇生とは、呼吸や心臓が止まったときに救命のためにおこなわれる胸骨圧迫(心臓マッサージ)のことです。

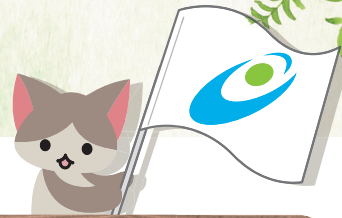
(注：胸骨圧迫は稀に骨が折れる場合があります。また心臓が止まっている時間が長いと死亡は免れたとしても蘇生後脳症、植物状態など重篤な後遺症が残ることがあります。)



6 苦しみや痛みに対する治療

鎮痛剤(医療用麻薬)で苦しみや痛みは、やわらぎます。

(注：呼吸が弱くなることがあります。意識が薄らぐことがあります歩行できなくなる事があります。)



医療・介護のご相談窓口

わからない・困ったにお応えします

医療に関するご相談はこちら



イメージキャラクター
オランさん



医療法人医誠会

医誠会国際総合病院

医誠会国際総合病院では、患者さんの立場に立って患者さんと病院との懸け橋となるコーディネーターを配置しています。お電話でも各種ご相談を受け付けておりますので「コーディネーター」までご連絡ください。

お問い合わせ先

ナビダイヤル **0570-099166** (代表)

受付時間 平日 8:30 ~ 17:00 (土日・祝日を除く)

医誠会国際総合病院 HP
<http://www.iseikaihp.or.jp/>



イメージキャラクター
ウータンさん

介護に関するご相談はこちら

インテリジェントヘルスケア(株)

かんたき

かんたき (看護小規模多機能型居宅介護)

「通い」「泊まり」「訪問看護・リハビリ」「訪問介護」「ケアプラン」のサービスを一体化して、一人ひとりに合わせた柔軟な支援ができる看護師を中心としたトータルケアの事業所です。



お問い合わせ先

ナビダイヤル **0570-002151**

受付時間 平日 8:30 ~ 17:00 (土日・祝日、弊社所定休日等を除く)

時間外はメールフォームからお問い合わせください
(翌営業日以降にこちらからご連絡します。)



インテリジェントヘルスケア(株)
<https://nursing.nursing-hc.co.jp/>

