

知っておきたい 「人生会議」と「在宅医療」



人生の最期まで、あなたは、どこでどのように過ごしたいですか。
11月30日（いい看取り、看取られ）は、厚生労働省が提唱する人生会議の日です。

問い合わせ 地域福祉課（市庁舎3階、☎65・4113）

もしものときのこと、
今から少し考えてみませんか？

終活とは違う？人生会議

私たちの生活にも定着しつつある「終活」という言葉。「人生の終わりのための活動」の略で、介護や保険のこと、お墓・葬式の準備、財産の相続を円滑に進めるための計画などのことを言います。

一方、「人生会議」とは、「アドバンス・ケア・プランニング（ACP）」の愛称です。もしものときのために、自分が望む医療やケアについて前もって考え、家族や医療・ケアチーム（医師や看護師、相談員など）と繰り返し話し合い、共有する取り組みを言います。

人生会議は「生き方会議」

「もしものとき」のことを考えたり口にするのは、「縁起でもない」と敬遠されがちです。しかし、人生会議の目的は「かけがえのない人生を豊かにすること」であり、「自分らしい生き方」について考えることから始まります。また、人生会議は大切な人を安心させたり、本人に代わり決断をする家族などの心の重荷を和らげることもつながります。

人生会議の前にはまず 自分の考えや気持ちを整理してみましょう

- 大切にしていることは何ですか
- これだけは嫌なことは何ですか
- 自分の代わりに判断してほしい人は誰ですか
- 病気になった時や意思表示ができない時に望む治療、望まない治療を考えましょう
- 最期まで暮らしたい場所はどこですか



通院や入院だけではない
「在宅医療」という選択

在宅医療とは？

通院が難しくなった時や退院後に、自宅などで生活をしながら医療を受けられるシステムです。医師の指示の下でそれぞれの医療専門職が連携し、皆さんの自宅などを訪問し、医療サービスを受けることができます。「住み慣れたわが家で過ごしたい」などの希望を叶えるため、介護サービスとも連携しながら、皆さんの生活を支えます。

在宅医療を利用できる人

① 通院が難しい人や自宅での療養を希望する人

- ・難病などで療養が必要
- ・慢性疾患などでできる限り家で過ごしたい
- ・痰の吸引などが頻繁に必要
- ・がんの終末期

※利用には、医師などとの相談が必要です。



訪問可能な医療専門職

医師・看護師・歯科医師・薬剤師・管理栄養士・リハビリ職など、体や生活の状態に合わせ、さまざまな職種が在宅医療サービスを提供します。

身近な人に相談してみましょう

① 入院・通院中の人

- ・かかりつけ医療機関（主治医や看護師、相談員など）

② 介護認定を受けている人

- ・ケアマネジャー

③ どなたでも

- ・地域包括支援センター
（帯広市では地域包括支援センターが高齢者や家族の相談に対応しています。お住まいの地域により、担当するセンターが異なりますので、詳細は5頁左下の表をご確認ください。）



在宅医療や看取りについて知る機会があります

在宅医療 はじめの一歩



在宅医療を知っていただくために、在宅医療・介護に携わる専門職が作成したリーフレットです。

市ホームページからダウンロードできます。ダウンロードが難しい人は、地域福祉課へ問い合わせください。



市ホームページID.1011282

写真が語る、いのちのバトンリレー —看取り、在宅医療、地域まるごとケアの現場から

人生の最終段階におけるケアの在り方や在宅での看取りについて、講演会・写真展を開催します。

講演会

日時：12月6日(火)、14時～16時
場所：とかちプラザレインボーホール（西4南13、2階）

申し込み：11月1日(火)～25日(金)までに、Eメールまたはファクスで地域福祉課へ。詳細は、左記の市ホームページをご確認ください。

写真展

日時：12月6日(火)～10日(土)、9時～18時（最終日は14時まで）
場所：とかちプラザギャラリー（西4南13、1階）



講師
写真家・フォトジャーナリスト
國森 康弘氏