住み慣れた場所で生きる ～人生会議と在宅医療～

もしも、あなたが病気になったとき、「最期をどこで過ごしたいか」を大切な人と話し合っておくこと、それが「人生会議」です。在宅医療という選択肢も併せて紹介します。

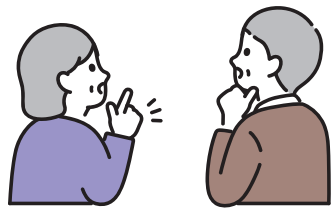
問い合わせ　介護高齢福祉課（市庁舎１階、☎65・4145）

市ホームページID.1011282

話しておこう「もしものとき」のこと

いつでも、誰にでも、命に関わる病気やケガをする可能性があります。命の危機が迫った状態になると、約70パーセント※の人が医療やケアなどを自分で決めたり、人に望みを伝えたりすることが出来なくなると言われています。

自らが希望する医療やケアを受けるために、大切にしていることや望んでいることを前もって考え、周囲の人たちと話し合い、共有することが大切です。



※出典：厚生労働省人生会議（ACP）普及・啓発リーフレット

人生会議の三つのステップ

1 考える
自分を見詰め直し、何を大切にしたいか、望むのか考えてみましょう。

2 話し合う
家族や主治医など、信頼している人と話し合い、希望を「支援」につなげましょう。

3 書き留める
自分の希望を言葉にして残しましょう。

心身の状況に応じて、意思が変化することもあります。何度でも繰り返し考え、話し合い、書き留めておきましょう。

人生会議は個人の主体的な行いによって進めるもので、決まった方法はありません。考えやすいこと、伝えやすいことから始めてみましょう。

いまからはじめる 人生会議 すごろく

「もしも」は突然やってきます。
すごろくを通じて、まずは話し合うきっかけをつくってみましょう。



「在宅医療」という選択肢

自宅でも病院と同じように、安心して医療を受けられます。
あなたの「こうしたい！」が在宅医療の出発点です。

在宅医療とは、通院が難しくなった人が、退院後に住み慣れた自宅などで生活を続けながら医療や介護を受ける仕組みです。

医師の指示の下、各専門職が自宅などを訪問し、チームとして協力・連携しながら医療サービスを提供します。

なお、在宅医療を利用していても、症状や治療の計画などに応じて通院したり、再度入院をすることも可能です。

自宅だからこそできる、自分らしい療養



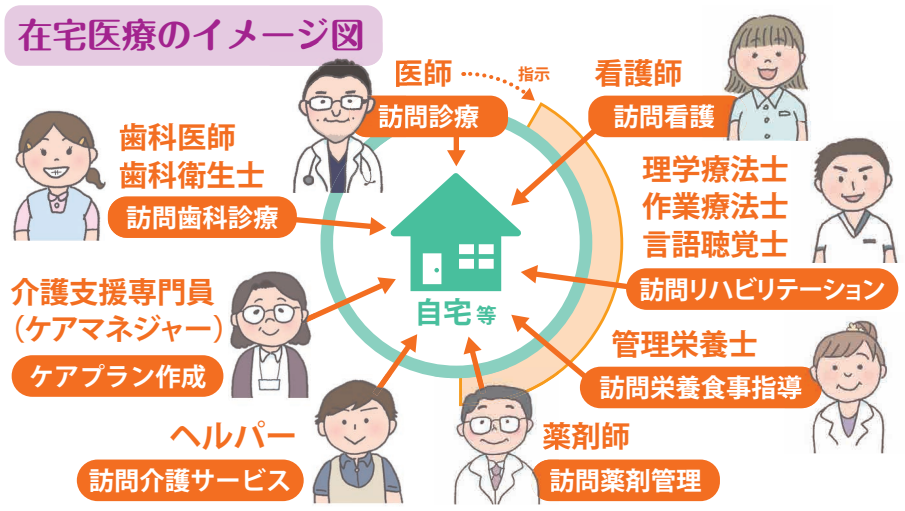
訪問看護ステーション
リバシィ
看護師　川瀬 まなみ さん

在宅医療は、その人らしい普段通りの生活や家族との時間を大切にしながら、必要な治療を継続できることが大きな特徴です。

訪問看護師は、体調管理や医療処置に加え、日々の会話を通して本人やご家族の思いに寄り添い、不安を受け止めながら暮らしを支えています。また、急な体調変化にも対応できるよう、医師やケアマネジャーなどと連携し、安心して過ごせる環境を整えています。家族だけで介護を抱え込まず、多くの専門職に相談できることも在宅医療の心強さの一つです。

在宅医療は、これからの暮らしを考える「人生会議」において大切な選択肢の一つです。ぜひ、家族や医療・介護の専門職と話し合いながら、自分らしい療養の形を考えてみてください。

在宅医療のイメージ図



※病気や生活の状況によって、関わる職種は異なります。地域の医療機関や介護サービスの事業所など、さまざまな関係機関が連携し、皆さんを支えます。

まずは身近な専門職にご相談ください

- ●入院・通院中の人
  かかりつけの医療機関（主治医、看護師、相談員など）
- ●介護認定を受けている人
  担当の介護支援専門員（ケアマネジャー）
- ●上記以外の65歳以上の人
  地域包括支援センター
  ※お住まいの地域によって担当のセンターが異なります。
  詳しくは、介護高齢福祉課へ問い合わせください。