



～自分らしい生き方・逝き方のために～

人生会議しませんか

突然の病気や老いなどにより、本人の意思を確認できないまま、医療・ケアがなされることが多い現状にあります。しかし、それが本人の考えと一致しているとは限りません。

「もしものこと」を考えたことはありますか。

- ・ 食べることができなくなったとき
- ・ 話ができなくなったとき
- ・ 回復が難しい状態になり、命の終わりが近づいたとき など



わたしたちには、人生の最期をどのように過ごしたいか話し合い伝えていく権利があります。



本人の希望する医療・ケアの姿や、人生の最期の過ごし方などを話し合うことができ、その思いが尊重される上越地域をめざして、「上越地域人生会議協議会」を設置しました。

病気のあるなしに関わらず、これからどう生きたいか、自分の気持ちを見つめて、その気持ちを家族や信頼できる人、医療・ケアチームと話し合ってください。

このような取組は、一人ひとりの考えにしたがって行い、進めてゆくものです。知りたくない、考えたくないという思いも大切な考えとして尊重されます。

くわしくは、上越地域振興局健康福祉環境部のホームページをご覧ください。

https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/jouetsu_kenkou/acp.html



発行：上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会
(通称：上越地域人生会議協議会)

人生会議とは

もしものときのために、自分が望む生き方・逝き方や人生の最終段階の医療やケアについて前もって考え、家族や大切な人、医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

人生会議(話し合い)の進め方(例)

ステップ1

大切にしたいことは
何かを考えてみましょう

もし生きることができる
時間が限られているとしたら、
あなたにとって大切に
したいことは何ですか。

ステップ2

信頼できる人は誰か
考えてみましょう

あなたが信頼してい
て、もしものときにあな
たの代わりに治療やケア
について話し合っ
てほしい人は誰ですか。

ステップ3

信頼できる人や医療・
ケアチームと話し合
いましょう

回復が難しい状態になっ
た場合、どのような治療や
ケアを受けたいですか。

ステップ4

あなたの思いを
伝えましょう

家族や友人、そして医
療・ケアチームにあな
たの希望や考えを伝えてい
ますか。



心身の状態に応じて意思は変化するものです。
何度でも繰り返し考え、話し合いましょう。