



**A C P**

アドバンス・ケア・プランニング

**A**dvan**C**e **C**are **P**lanning

してみませんか

## 人生会議とは

あなたの大切にしていることや望んでいること、どのような医療・ケアを望んでいるかについて、**自分自身で前もって考え、あなたの信頼する人たちと話し合い、共有しておくこと**です。

あなたの考えをエンディングノート等を書くだけでなく、その内容を家族等に共有しておくことが大切です。

心身の状態に応じて  
意思は変化することがあるため、  
何度でも繰り返し  
考え話し合う



実際にやってみよう

ゼロからはじめる  
人生会議



誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると、**約70%の方が**、これからの医療やケアなどについて**自分で決めたり、人に伝えることができなくなる**といわれています。もしもあなたがそのような状況になった時、あなたの価値観や考え方を大切にして、代わりに医療・ケアチームと話し合いをしてくれるのは誰でしょうか。前もって人生会議をしておくことで、「もしものとき」に**あなたの心の声を伝える**ことができ、また、**あなたの大切な人の心の負担を軽く**するでしょう。



人生会議は、個人の主体的な行いによって考え、進めるものです。知りたくない、考えたくない方への十分な配慮が必要です。



# 「人生会議」の誤解 編



イラスト/漫画: 備谷智子

## 漫画で読む「人生会議」

この漫画集では、「人生会議」をわかりやすく解説しています。  
ライフスタイルやライフステージは一人ひとりで異なるもの。  
是非ご一読いただき、それぞれのストーリーを通して、  
「人生会議」をより身近に感じていただければ幸いです。

他5つのストーリー（漫画）  
は厚生労働省のホームページ  
をご覧ください。



厚生労働省  
ホームページ