



▲「ひたメディケアねっと」全体会の様子

二次元コード)でもご覧
になれます。



「ひたメディケアねっと」では
人生会議を始めのきっかけとなるよ
うに「私の思いカード」を作成して
います。市内各医療機関、地域包括
支援センター、長寿福祉課に設置し
ていますので是非ご利用ください
(市ホームページ(下記

■人生会議(アドバンス・ケア・プラ
ンニング(ACP))
自らが望む人生の最終段階における
医療やケアについて前もって考え、
家族や医療・ケアチーム等と繰り返し
話し合い共有する取組み。
■ひたメディケアねっとでは

私の思いカード

「人生会議」は少なくとも1年に1回は行い、「私の思いカード」は元気なときに1回程度、病気になったらもっと頻回に書き直しましょう。そしてみんなが分かる場所に保存し、書き直したことを家族、関係者に知ってもらおうようにしましょう。

身近な親しい人など
2人以上で
始めてみませんか



私の思いカード

記入日 年 月 日

氏名

大切な人と一緒に、あなたの気持ちを考えてみましょう。気持ちが変わった時は何度でも書き直しましょう

私が判断できなくなった時は

名前 (続柄)

連絡先

の意見を尊重して決めてください

認知症などで自分の意思表示ができない場合、あなたの気持ちを代わってくれる人を選んでみましょう

希望する医療について

□できるだけ治療をしてほしい

※希望する医療
・投薬(飲み薬、注射など) ・点滴
・心肺蘇生 ・人工呼吸器
・経鼻胃管(チューブを使い、鼻から栄養を入れる)
・ろうろ(胃に穴を開けて、チューブで栄養を入れる)

□痛みや苦しみをどりのぞく治療をしてほしい

□回復の見込みがなければ延命治療はしないでほしい

何故そう思うのか書いてみましょう

もしもの時、会いたい人、
知らせて欲しい人は

名前 (連絡先)

名前 (連絡先)

名前 (連絡先)

人生の最期をどこで
過ごしたいですか?

□ 自宅で過ごしたい

□ 病院で看護を受けたい

□ 施設で過ごしたい

□ 家族の判断に任せる

何故そう思うか書いてみましょう

介護をお願いしたい人

□ 家族(名前)

□ 親族(名前)

□ 介護保険を利用し()を中心に親族全員に頼む

□ その他

何故そう思うか書いてみましょう

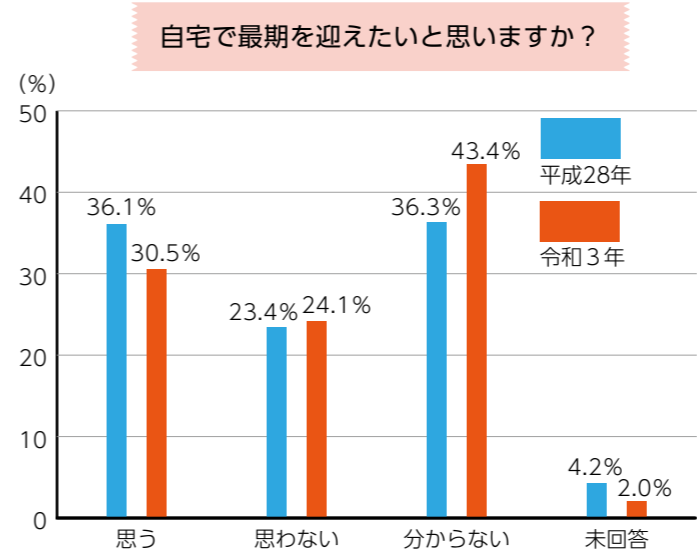
体が動かなくなったら
して欲しいことは...

「記入例」
思い出の品()を
身近に置いて欲しい

好きな音楽()を
かけて欲しい

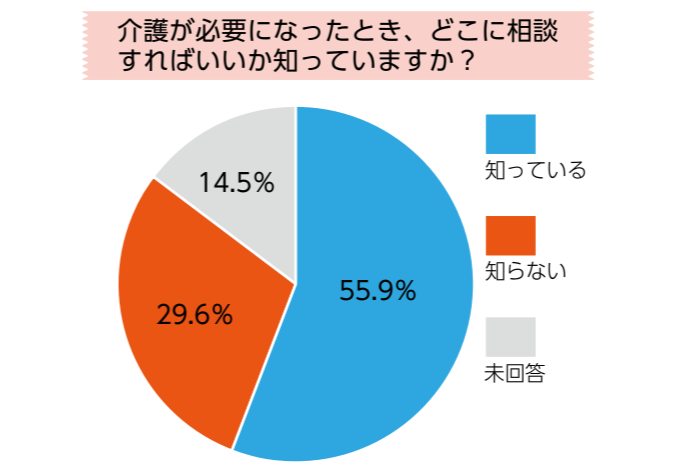
(自由に記入して下さい)

「記入例」
好きな食べ物()を
ペットを()に
託したい



自宅で最期を迎えたいか「分からない」と答えた理由は何ですか?

そのときの状況がイメージできない	67.8%
まだ考えたくない	16.2%
医療や介護の知識がないので判断できない	5.8%
どこに相談すればいいかわからない	2.3%
その他	7.0%
未回答	0.9%



「病気になったり介護等が必要になったりしたときの相談窓口を知っていること」や、「日頃からどのよう過ごして、どのような人生の最終段階を迎えたいか」をイメージすることが大切です。

医療や介護が必要になったら
き自分が希望する場所で暮らし
続けるためには...

①長年住んでいる家で過ごしたいと思っているものの、実際は病院や施設で医療や介護を受けたいという回答が多い。
②住み慣れた家で暮らし続けるためには、「健康でいること」「経済的な不安がないこと」が必要と回答した人が多い。
③人生の最終段階に「自宅で最期を迎えたいかわからない」と回答した人のうち、6割以上が「その時の状況がイメージできない」と回答。
④全体の5割の人が介護が必要になったときの相談窓口を知っている。

自宅で最期を迎えたいと思う理由は何ですか? (3つ回答)

介護できる家族がいる	181件
居住環境が整っている	136件
病院はイヤ	127件
経済的不安がない	78件
訪問看護・介護サービスが整っている	76件
症状が急変したとき対応してもらえる体制がある	63件
看取りをしてくれる医師がいる	58件

自宅で最期を迎えたいと思わない理由は何ですか? (3つ回答)

家族に負担がかかる	177件
病院の方が安心	159件
介護ができる家族がいない	106件
症状が急変したとき対応してもらえる体制がない	86件
居住環境が整っていない	48件
経済的負担が大きい	40件
看取りをしてくれる医師がいない	15件
訪問看護・介護サービスが整っていない	10件

平成28年と比較して、令和3年は「分からない」と答えた人が増えています。

知っている相談窓口(複数回答)

市役所	77.3%
地域包括支援センター	67.8%
病院	57.4%
社会福祉協議会	49.5%
民生委員	44.2%
その他	2.9%

いつでも
お気軽に
ご相談ください

高齢者のなんでも相談窓口

- 中央地域包括支援センター ☎2552 (隈庄手・竹田・田島・豆田)
- 西部地域包括支援センター ☎0036 (光岡・三花・小野・朝日・大鶴・夜明)
- 東部地域包括支援センター ☎0248 (五和・高瀬・三芳・西有田・東有田)
- 南部地域包括支援センター ☎9012 (前津江・中津江・上津江・大山・天瀬)