

## 万が一を想定して日頃から準備を



# 想いを伝え合う 人生会議 (ACP) とは



## 人生会議 (ACP) とは

もしもの時のために、どこでどのような医療やケアを望むのか、前もって考え、信頼できる人と繰り返し話し合い、共有する取組のことを人生会議 (ACP: アドバンス・ケア・プランニング) と呼びます。

## なぜ必要？

命の危険が迫った状態になると、約 7 割の人が医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。万が一の事態に備え、自分の望む最期の過ごし方ができるように、日頃から気持ちや価値観を家族などの信頼できる人と共有しておくことが大切です。看取る側にとっても、どうしたらよいのか悩むことが減り、大切な人が希望する医療やケアを一つでも多く叶えるヒントになるはずです。

いざじゃなくいま!  
しまねの  
人生会議

## 詳しくは特設ウェブサイトへ

「人生会議をしよう！」となった際に、  
確認すべきポイントや手順の他、  
島根県内の講座や役立つツールなどをご紹介します！

しまねの人生会議

検索



- 考え方は一人ひとり異なります。また、ライフステージとともに変わっていくこともあります。何度でも繰り返し考え、話し合うことが大切です。
- このような取組は、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。