

\\ 備えて損なし //

ACP

アドバンス・ケア・プランニング

って何のこと？

もし明日、命に関わる病気やケガをしたら…

命の危機が迫った状況では、多くの人が判断能力を失うと言われています。そんな時に備え、大切にしていることや望み、どんな医療を望んでいるかを自分で考え、家族や医療・介護スタッフと話し合うことを **ACP(アドバンス・ケア・プランニング)** といいます。

ACPは必要なの？

あなたが自分の気持ちを話せなくなった時、あなたの大切な人たちが希望や価値観を代弁します。そんな時、ACPが彼らの心の負担を軽くするかもしれません。

在宅医療・介護に関する相談先

谷津高齢者相談センター ☎047(470)3177

秋津高齢者相談センター ☎047(408)0030

津田沼・鷺沼高齢者相談センター ☎047(408)1600

屋敷高齢者相談センター ☎047(409)7798

東習志野高齢者相談センター ☎047(470)0611



## あなたが大切にしていることは何？

もし生きることができている時間が限られているとしたら、あなたにとって大切なことはどんなこと？ 選んでみよう。

- 家族や友人のそばにいること
- 仕事や社会的な役割が続けられること
- 身の回りのことが自分でできること
- できる限りの医療が受けられること
- 家族の負担にならないこと
- 痛みや苦しみがないこと
- 少しでも長く生きること
- 好きなことができること
- ひとりの時間が保てること
- 自分が経済的に困らないこと
- 家族が経済的に困らないこと
- その他



### Webで無料作成

もっと考えたい方には、こちらのACP学習サイトがおすすめです。リスト化された項目を選択・入力することで「自分の望み」が整理できます。

