

自分らしく暮らし続けるための人生会議 ACP (アドバンス・ケア・プランニング)

お知らせ

☎ 医療福祉政策課 ☎ 22-9705 FAX 22-9673

市では、医師・歯科医師・薬剤師・訪問看護師・ケアマネジャー・訪問リハビリテーション・社会福祉法人などの専門職と連携し、皆さんが住み慣れた我が家で安心して暮らしていける取り組みを進めています。その取り組みの一つとして、ACPについて話し合いを始めました。

ACPを知っていますか？ ~自分らしい生き方について、話し合ってみませんか~



ACPは、日本では「人生会議」とも呼ばれています。この取り組みは、「私が大切にしていることは何か」「私はどのように生きていきたいか」といった、あなた自身の価値観や生き方について考え、医療や介護に関する希望を周囲の信頼できる人や医療・介護の専門家と繰り返し話し合うプロセスです。

ACPは、こうしたプロセスを通じて、自分の考えや思いを周囲と共有することを大切にしています。これにより、いざという時に周囲の人があなたの希望に沿った対応をしやすくなり、判断が求められる場面での悩みや負担を軽減できます。たとえ健康であっても、予期せぬ事故や病気は誰にでも起こり得ます。将来に備えて自分らしい生き方を考えておくことはとても重要です。考えることや話し合うことに抵抗を感じる人もいますが、ACPは、あなた自身の意思を明確にするだけでなく、大切な人たちとの絆を深めるきっかけにもなります。

大切な人が集まる機会を利用して、ぜひ一度、話し合ってみませんか。

医療や福祉の現場で働く専門職の人に、

ACPについて感じたことや、その重要性について聞きました

医師 人生の最期を迎える時、本人の意思を尊重することはとても重要です。日頃から会話の中で、「自分の考えや思い」を伝えることをお勧めします。言葉のキャッチボールがうまくできていれば、突然意思決定が必要となっても、本人が満足する最期を迎えられると思います。

歯科医師 ACPを活用しQOL^{*1}やQOD^{*2}を重視した医療ケアを実現することは、地域全体が健康で安心して暮らせる環境を整えることに役立ちます。また、市が実施しているお薬手帳を活用した在宅患者の薬管理の仕組みづくりと共に重要と考えます。

薬剤師 ACPは本人や家族が医療やケアを話し合う場です。薬剤師は薬の効き目や副作用、飲み合わせをわかりやすく伝え、安心して選択できるよう支えます。専門家として、患者さんの人生の大切な決断に寄り添いたいと考えています。

訪問看護師 訪問看護は、在宅での療養や介護を支える役割を担っています。病気や症状と向き合うことで精一杯な人も多い中、ACPを日頃から考えることで、自分の意思を大切にしながら人生を最期まで過ごすことができます。不安や迷いがある人は、伊賀市の訪問看護ステーションへお気軽にご相談ください。

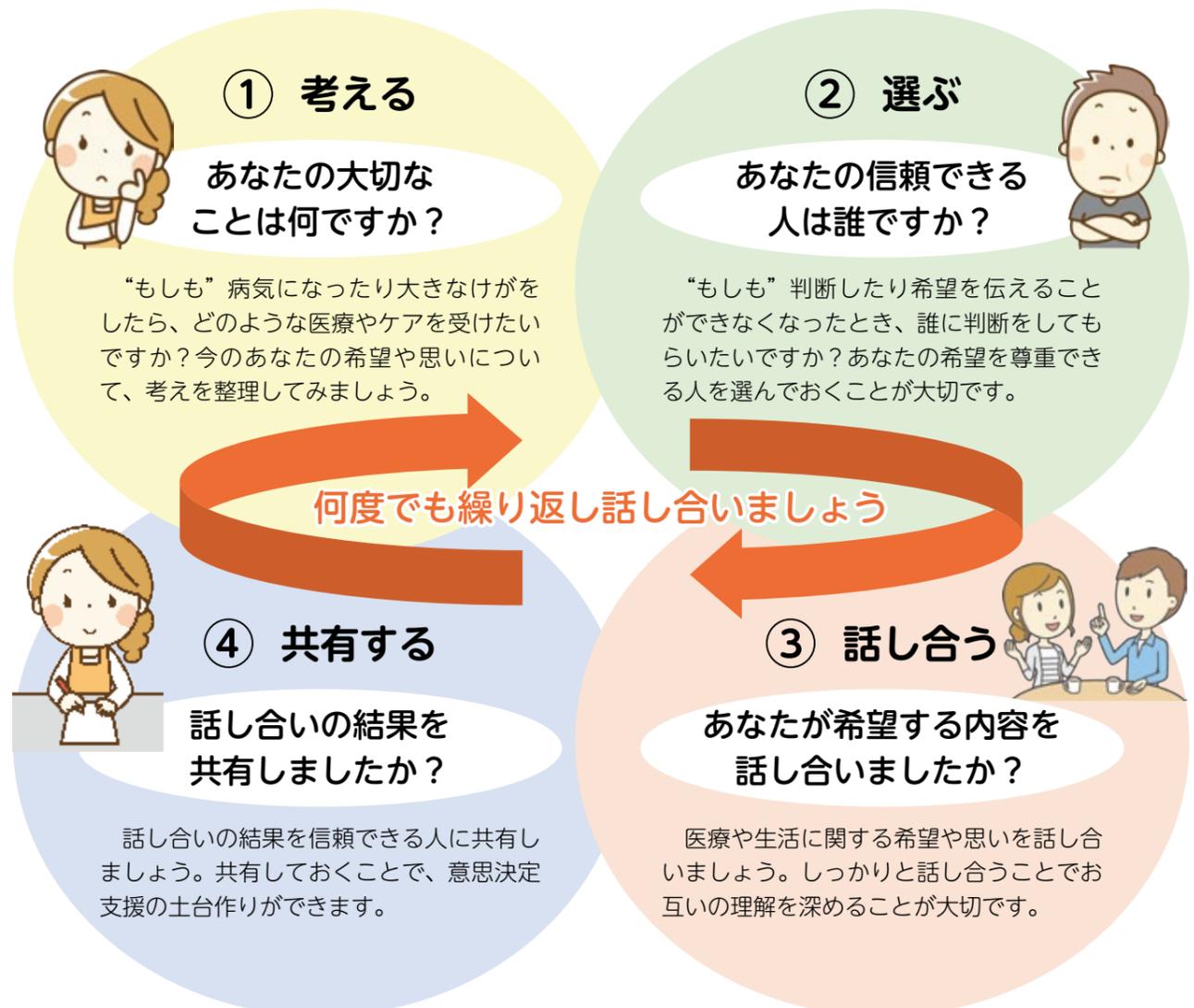
ケアマネジャー ケアマネジャーは、介護サービスを利用するための支援計画を立てています。その中でACPに通じる関わりもあります。ACPを行い価値観や人生観を明確にすることにより、本人の望む暮らしを実現する、より良いサービスを調整するサポートができると思います。

*1 QOL (クオリティオブライフ) 「生活の質」や「人生の質」を意味し、身体的・精神的・社会的な健康状態や、日々の生活における満足度・充実感を総合的に示す概念

*2 QOD (クオリティオブデス) 自分らしく生き、納得のいく最期を迎えられるようにする過程を指す概念

「ACP 人生会議」ってどんなことをすればいいの？

まずは自分の考えを整理してみましょう。そして、周囲の信頼できる人やあなたの代わりに意思決定をしてくれる人、医療従事者に伝えましょう。



~伊賀医師会長にお話をうかがいました~

昨年、広報いがを通じて「ACP」についてお伝えしました。また、地域医療普及啓発事業として実施した、伊賀医師会主催の講演会「落語で楽しく学ぼう！在宅医療と自分らしい人生設計~あなたと大切な人のために~」にご参加いただいた方もみえると思います。その後、ご家族や身近な人と話し合う機会を持たてはいかがでしょうか。人生会議は、一度きりのものではなく、人生の節目ごとに見直していく「続ける対話」です。健康状態や家族の状況、価値観は時とともに変わります。その変化を確かめながら、「自分らしい生き方」を共有していくことが大切です。未来の安心は、今日の小さな一歩から。大切な人と、あなたの想いを改めて語り合ってみませんか。



左から、紀平副会長、清水会長、嶋地副会長



「ACP」の詳細はこちらをご覧ください。



「ACP」についてご意見・ご感想をお聞かせください。