



マンガでわかるACP

もしもの時に
備えて…

人生会議 (ACP)

あなたも始めてみませんか？



人生会議（ACP）とは…

人生の最期をどのように過ごした
いか、どんな医療やケアを受けた
いかを、元気なうちに自分で考え、
家族や医療者・ケアチームと話し
合い、共有しておく取り組みを
「人生会議」(ACP/アドバンス
ケア・プランニング)と呼びます。

ACPはなぜ必要？



ある日突然、病気や怪我など
で自分のことを自分で決めら
れなくなる可能性は誰にでも
あります。

あなたの望む医療やケアに
ついて、事前に相談したり、書
き留めておくことができれば、
もしもの時にあなた自身が安
心できるだけでなく、ご家族の
負担軽減にもつながります。



ACPナビゲーターのドクターKと相棒のベルグ

人生会議(ACP)関連ワード

終活

人生の**終**わりのための**活**動。人生の最期に向けて、医療やケア、葬儀、墓、財産、相続などについて、事前に伝えておく活動のこと。

リビング・ウィル

生前の意思。医療行為に関して、患者から医療者に指示した内容を文章で表現したもの。

エンディング・ノート

最期の**覚え書き**。延命治療、療養場所、葬儀や相続に関する希望や、自分史、家系図の作成など。

遺言

故人が自らの死後のために遺した**私的な言葉や文章**。

遺言書

財産の処分について意思を伝えるための**法的な文書**。



ACPをしておくとなんが良いのか？
していないとなんに困るのか？
次のページから、具体的な事例を
見ていきましょう！

事例1 Aさん(80代女性)の場合

Aさんは若い頃から毎年のように球場に通う「元祖カープ女子」。

カープがもう一度日本一になるまでは死なりゃあせん

その年も球場でのカープ観戦を楽しみにしていました。

ロクせ



この猛暑ですし、球場での観戦は体に負担ですよ

命を縮めかねませんが……



しかし——

すい臓がんですね



僕は母さんの気持ちいを尊重したい

私も



私は残り少ない時間は自分の好きな事をしたいです



やっぱりカープは日本一じゃねえ

その日は負けてしまったけれど——



Aさんは予定通り球場でカープの試合を観戦しました。

この数日後Aさんは家族に見守られながら亡くなりました。

家族が日頃から家族との価値観を共有し、それを医療や介護関係者と共有することで本人の思いを実現できた事例です。



事例2 Bさん(70代女性)の場合

早くに夫と死別したBさん。女手一つで育てた娘とも折り合いが悪く、何年も一人暮らしをしています。

娘は出産・育児を経て母の苦勞を理解できるようになりましたが、素直になれず数年おきにしか帰省しませんでした。



話をしたいと思った時にはできなくなっていた、残念な事例です。いざという時に迷いや後悔が残らないよう、普段から連絡を取り合ってお互いの気持ちを共有しましょう。



事例3 Cさん(50代男性)の場合

Cさんは建築作業員。
日頃から
万が一のことを
考えていました。

もし俺が脳死に
なったら、
必要とする人に
臓器提供したい

臓器提供意思表示カードに
その旨を明記し、
家族の同意も得ていました。



ある日、Cさんは
建築現場の事故で重体に。



人工呼吸器を装着し
心拍はあるものの
脳死状態。

残念ながら意識が
回復する見込みは
ありません

ご家族の同意があれば、
移植を待つ患者さんへ
臓器提供が可能です……

夫は以前から
臓器提供の意思を
示していました

私達も同意して
いましたし……

でもまさか本当に
脳死になるなんて
思ってた……

突然すぎて……
頭で分かってても
気持ちの整理が……

それでも……

やっぱりお父さんの
意思を大事にしたい……



家族の同意により延命措置は
中断され、Cさんの臓器は
移植を待つ患者に提供されました。

延命措置をやめるかどうかの判断は、家族にとって非常に
重いもの。万が一を想定して日頃から家族と話し合うことで、
その精神的な負担を軽減できるかもしれません。



事例4 Dさん(80代男性)の場合

終活や免許返納の話題を出すとすぐ機嫌が悪くなるため家族は何も言えません。



プライドが高くカッとなりやすい性格のDさん。



しかしある日――



後遺症で食事ができないから胃瘻も検討しないと……

意識もないのにそこまでするのが幸せとは思えないよ

じゃあこのまま死んじやってもいいの？



Dさんは交通事故を起こし意識不明の重体に。

元気な時に本人とこういう話ができていれば……

自分の死や老いについての話題を嫌う人は少なくありません。しかしそれを避け続けていると、いざという時に自分の意思が伝えられず、家族が苦しむかもしれません。気の重い話ほど、早めに家族と話し合っておきましょう。



事例5 Eさん(70代男性)の場合



Eさんは病院が大嫌い。



1週間後、Eさんは穏やかに息をひきとりました。

普段から家族にしっかりと意思表示をしていたEさん。そのお陰で家族は重大な局面で判断に迷うことなく、後悔が残ることもありませんでした。



人生会議(ACP)、 あなたも始めてみませんか？

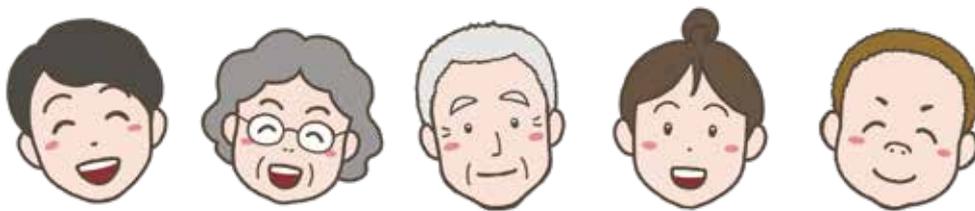


自分や家族の「もしも」に備えて、
「いつか」ではなく今。
早速実践してみましょう！



人生会議(ACP)の進め方

- ステップ1** あなたの希望や思いについて考えましょう。
- ステップ2** 健康について学び、考えましょう。
- ステップ3** あなたの代わりに伝えてくれる人を選びましょう。
- ステップ4** あなたの希望や思いについて話し合しましょう。
- ステップ5** 考えを記録として残しましょう。



冊子「ACPの手引き」について

人生会議(ACP)を実践してみたい方には、冊子「ACPの手引き 豊かな人生とともに～私の心づもり～」がおすすめです。ACPの手引きは、広島県地域保健対策協議会で入手できます。また、ホームページからダウンロードすることもできます。

広島県地域保健対策協議会

検索