

「人生会議」を始めてみませんか？

～最期まで自分らしく生きるために“今”できること～

「もしものこと」を考えたことがありますか？

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると、約70%の方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。

人生の最終段階をどのように過ごしたいかを前もって考え、周囲の信頼する人たちに伝えておくことは、自分自身にとってもご家族にとっても非常に大切なことです。

「人生会議」とは？

“もしも”のときに備えて、自分が大切にしていることや望み、どんな医療やケアを望んでいるかについて自分自身で考え、周囲の信頼できる人たちと話し合い、共有する取り組みのことです。

「どのように死を迎えるか」を決めるものではなく、「どのように生きたいか」自分の人生観、価値観を見つめ、考え、話し合い、伝えることが大切です。



「人生会議」の理解を深めるために是非ご活用ください

① 出前講座

各種団体の研修などの機会に講師を派遣します。

「人生会議とわたしのノート」というテーマで1時間程度の内容です。

② DVD貸与

上天草市在宅医療介護連携推進協議会住民相談部会で作成したオリジナルDVD（約21分収録）を無料貸与します。寸劇を収録し、分かりやすい内容となっています。

③ わたしのノート配布

天草郡市医師会が制作したエンディングノートを無料配布しています。自分のために、また、自分を支えてくれる人のために思いや希望を文字に残しておきましょう。

※詳しくは、下記問合せ先へお尋ねください。

《問合せ先》

上天草市在宅医療・介護連携推進協議会 住民相談部会

上天草市高齢者ふれあい課 地域包括支援係 ☎0969-28-3378 (直通)

「人生会議とわたしのノート」 オリジナルDVDレンタル開始

上天草市在宅医療・介護連携推進協議会住民相談部
会で作成した人生会議普及啓発用DVDを希望団体へ
貸し出します。

地域の集まりや職場の研修会等で是非ご活用ください。

【収録内容】

- ・人生会議についての説明
- ・人生会議劇場（寸劇）

DVDには、市内の医療・介護関係者、
民生委員、婦人会、区長会の方が出演
された寸劇が収録されています。

市民の皆さんに、分かりやすい内容
となっています。

※貸し出しを希望される方は、
借用申込書を高齢者ふれあい課へ
ご提出ください。

詳しくは下記問合せ先までご連絡ください。

《問合せ・申込先》

上天草市在宅医療・介護連携推進協議会 住民相談部会

上天草市高齢者ふれあい課 地域包括支援係 ☎0969-28-3378（直通）

FAX0969-56-0747